Quién es quién en los precios de salsas y moles

REVISTA DEL

CONSUMIDOR

ISSN 0185-8874

aguas embotelladas
¿qué tan puras son?

•

Todo lo que necesita saber para comprar
llantas

•
•
•

- *¿El **colesterol** es tan **malo** como lo "pintan"?*
- *¡Cómo nos afecta la **contaminación auditiva**!*
- *Los **mitos** de la **vitamina C***
- ***Cómo elaborar:***
  - *Gel fijador para el cabello*
  - *Palanqueta*
  - *Mermelada de tuna*
  - *Pollo curado en salmuera*

Septiembre 1999 · Núm. 271 · México · $ 15.°°

Radio Revista del Consumidor

Domingo

- México, D. F., 17:30 a 17:45, XEJP-FM 93.7, Stereo Joya
- Iguala, Gro., 06:00 a 06:15, XEIG / 880 AM
- Iguala, Gro., 16:00 a 16:15, XEKF / 1360 AM
- Colima, Col., 06:00 a 06:15, XHCC-FM / 89.3
- Colima, Col., 17:00 a 17:15, XHCIA-FM / 91.7
- Colima, Col., 08:00 a 08:15, XHUU-FM / 92.5
- Colima, Col., 15:00 a 15:15, XECS / 690 AM

Lunes

- México, D. F., 05:00 a 05:15, XEVOZ/1590 AM
- Iguala, Gro., 16:00 a 16:15, XEKF / 1360 AM
- Iguala, Gro., 09:40 a 09:55, XHIGA-FM / 93.9
- Parral, Chih., 13:15 a 13:30, XEAT / 1250 AM
- Ojinaga, Chih., 15:00 a 15:15, XEARE / 1450 AM
- Cd. Delicias, Chih., 19:20 a 19:35, XEHM / 1480 AM

Martes

- México, D. F., 05:00 a 05:15, XEVOZ/1590 AM

Miércoles

- Cd. Delicias, Chih., 19:20 a 19:35, XEHM / 1480 AM

Jueves

- México, D. F., 00:00 a 00:15, XHM-FM / 88.9
- México, D. F., 22:30 a 22:45, XEQ / 940 AM

Viernes

- México, D. F., 18:30 a 18:45, XEQ-FM / 92.9
- México, D. F., 22:00 a 22:15, XEAI / 1500 AM
- Iguala, Gro., 09:40 a 09:55, XHIGA-FM / 93.9
- Cd. Delicias, Chih., 19:20 a 19:35, XEHM / 480 AM
- Veracruz, Ver., 05:45 a 06:00, XELL / 1430 AM
- Veracruz, Ver., 17:00 a 17:15, XEFM / 1010 AM
- Veracruz, Ver., 15:30 a 15:45, XEPP / 1190 AM
- Veracruz, Ver., 06:00 a 06:15, XEDZ / 580 AM

Sábado

- México, D. F., 21:30 a 21:45, XEFAJ / 1560 AM
- Colima, Col., 08:00 a 08:15, XERL / 710 AM
- Colima, Col., 11:00 a 11:15, XEUU / 1080 AM

TV Revista del Consumidor

Lunes

- Canal 2 / 05:30 a 06:00 en México, D. F.
- Canal 2 / 07:00 a 07:30 en Aguascalientes, Ags.

Miércoles

- Canal 22 / 00:30 a 01:00 en México, D. F.
- Canal 40 / 12:00 a 12:30 en México, D. F.
- Canal 4 / 09:30 a 10:00 en Campeche, Camp.

Jueves

- Canal 4 / 00:30 a 01:00 en México, D. F.
- Canal 11 / 05:30 a 06:00 en México, D. F.
- Canal 7 / 23:30 a 24:00 en Cd. Victoria, Tamps.
- Canal 5 / 13:30 a 14:00 en Colima, Col.

Viernes

- Canal 13 / 05:30 a 06:00 en México, D. F.
- EDUSAT / 07:00 a 07:30 en México, D. F.
- Canal 7 / 19:30 a 20:00 en Chetumal, Q. Roo
- Canal 2 / 23:30 a 24:00 en Veracruz, Ver.

Domingo

- Canal 6 / 08:00 a 08:30 en Aguascalientes, Ags.
- Canal 11 / 11:00 a 11:30 en Colima, Col.
- Canal 13 / 08:00 a 08:30 en Parral, Chih.

Los programas Radio y TV Revista del Consumidor se transmiten dentro del tiempo oficial de la Dirección General de Radio, Televisión y Cinematografía (RTC), por lo cual le invitamos a confirmar el horario de transmisión -en especial de la TV Revista- en las carteleras de programación que aparecen en los diarios, bajo el rubro de RTC

Directorio

Procurador Federal del Consumidor
Eduardo Almeyda Armenta

Editora
Martha Susana Ruiz

Directora General de Publicaciones
Margarita Luna Ballina

Director Editorial
Enrique Parada García

Directora de Arte y Diseño
Norma Patiño Domínguez

Jefe de Redacción
Guillermo Torales Caballero

Jefa de Corrección
Dora Torres Ponce

Jefes de Diseño Gráfico
Víctor M. Gutiérrez García
Pedro O. Castellanos Gómez

Reporteras
Graciela Muñoz Ariza
Vanessa Prieto Barrientos
Lorena M. Romo Maldonado
Paola Herrera Rashid

Corrección
Alejandra Sánchez Plascencia

Diseño
Mónica Miranda Villalba
Margarito Sánchez Cabrera
Alfonso Javier Solís Loza
Roberto Paz Amaya
Maricel González Sánchez

Fotografía
Edgar Mendoza Serrano
Francisco Alatriste Torres

Teléfonos de la revista
5-211-90-82 ó 5-625-67-00
exts. 6930, 6927 ó 6926

Fax
5-553-05-74

Envíe su correspondencia a
José Vasconcelos 208,
piso 14, colonia Condesa,
C. P. 06140, Delegación
Cuauhtémoc, o al A. P. 20600,
México, D. F.

Consulte la página de PROFECO en Internet:
http://www.profeco.gob.mx

Bienvenida

En esta ocasión queremos hacer uso de nuestra página editorial para ofrecerle una cálida bienvenida a Eduardo Almeyda Armenta como nuevo titular de PROFECO.

La experiencia de Eduardo Almeyda Armenta como funcionario público de reconocida trayectoria es una cualidad que viene a fortalecer el desempeño de nuestro equipo de trabajo y a enriquecer la labor de esta institución, en beneficio de los consumidores.

Asimismo queremos manifestar nuestro sincero reconocimiento y agradecimiento al trabajo realizado por Roberto Campa Cifrián en los casi dos años que estuvo al frente de PROFECO, durante los cuales confirmó su misión de servicio a la sociedad e interés en las preocupaciones más sentidas de los consumidores mexicanos.

En esta edición, la **Revista del Consumidor** les presenta los resultados del estudio de calidad en el ámbito nacional de aguas purificadas en su presentación de garrafón, así como recomendaciones prácticas para adquirir neumáticos para automóviles.

Esperamos que este número les sea de utilidad.
¡Acompáñenos!

Sumario

Septiembre de 1999 • Núm. 271

Miscelánea del consumo 3

Quién es quién en los precios 5

- Aderezos
- Culiacán: dónde comprar

Derechos de los consumidores 11

- NOM sobre productos de piel

Qué hay detrás de... 12

- Productos transgénicos

Productos peligrosos 15

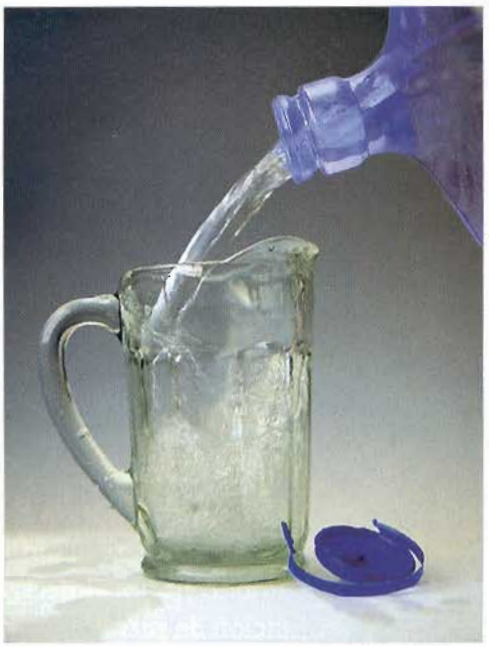
- Accesorios eléctricos "pirata"

Nuestro medio 18

- Contaminación auditiva

Cómo comprar 21

- Llantas



Reporte especial 43

- Calidad de agua embotellada en garrafón

Tecnologías domésticas y platillos sabios

en páginas centrales

¡coleccionables!

El arca de Noé 36

- Colibríes

Alimentación y nutrición 68

- El calcio
- Dieta y colesterol
- Mitos y realidades de la naranja

Consumo ingenio 73

- Centro de mesa para las fiestas patrias

Los pequeños consumidores 74

Buzón del consumidor 80

Verificando la calidad del jamón

Una de las actividades sustantivas de PROFECO es la verificación y vigilancia del cumplimiento de las Normas Oficiales Mexicanas (NOM) para productos y servicios.

La NOM es una regulación técnica de observancia obligatoria que establece especificaciones, atributos, directrices y características, con el objeto de garantizar a los consumidores que los productos y los servicios que adquieran cuenten con la calidad, seguridad, eficiencia e información comercial necesarias para su aprovechamiento.

A través de acciones permanentes y programas específicos PROFECO efectúa muestreos de productos, con el objeto de analizarlos en su Laboratorio de Pruebas y determinar la veracidad tanto de la etiqueta como de las características propias del producto, al igual que de las promesas que ofrece en su publicidad.

Al reunir las muestras se les colocan sellos, los cuales se retiran en el Laboratorio al abrir el producto en presencia del responsable de la empresa, fabricante o distribuidor; lo anterior tiene la finalidad de garantizar transparencia en el procedimiento de análisis.

Si el dictamen del Laboratorio establece que el producto presenta alguna anomalía, es decir, que no cumple con lo que estipula la Ley Federal sobre Metrología y Normalización y su Reglamento, se prohíbe su comercialización.

Cuando la muestra de algún producto está fuera de norma se le exige al fabricante o distribuidor que regularice los productos que estén en el mercado, ya sea mediante su acondicionamiento, reparación, sustitución o reprocesamiento; si lo anterior no es posible se inutilizan e incluso se destruyen a cuenta del fabricante o importador.

Las multas por inducir a error o engaño al consumidor ofreciendo productos cuyas características no corresponden a las señaladas en la etiqueta o en los anuncios, pueden ser hasta de 14 mil días de salario mínimo; si implican riesgos para la salud o el ambiente, la multa puede ser hasta de 20 mil días de salario mínimo.

En este espacio ofreceremos información sobre algunas de las acciones de PROFECO en cuanto a verificación y vigilancia.

El pasado mes de febrero se tomaron muestras para determinar la calidad de diferentes marcas de jamón que se comercializan en nuestro país.

De acuerdo con la NOM-F-123-1982, el jamón cocido es el producto alimenticio preparado con la carne de las piernas traseras de cerdos sanos, sacrificados bajo inspección sanitaria. La carne debe recortarse en forma especial: se deben excluir las partes maltratadas, además de quitarle los huesos y dejarla prácticamente libre de cartílagos, tendones, ligamentos sueltos y tejido conjuntivo. Una vez sometida a curación y cocimiento debe ser empacada y refrigerada.

Con base en nuestro estudio de laboratorio, se encontró que el jamón horneado marca **San Antonio** no cumple con el contenido de proteínas que debe reunir el jamón cocido -16 por ciento como mínimo- que exige la norma NMX-F-123-S-1982, referente a las especificaciones.

Además esta marca no cumple con los ingredientes que debe contener el jamón (carne de cerdo), pues presentó una mezcla de ave y cerdo.

También se tomaron muestras del jamón de pierna marca **Zwan**, en el cual se detectó una cantidad mayor de fosfatos (agente de curado adicionado para conservar el producto) de lo que especifica la norma, y el contenido de proteínas es inferior al declarado en la etiqueta y al establecido por la norma.

Con relación al jamón de la marca **Lean & Low** se comprobó que no cumple con las características de la etiqueta, la cual señala que únicamente contiene pavo: se encontró una mezcla de pavo y cerdo; además el producto contiene grasa de cerdo que no declara en la etiqueta. También presenta un contenido de proteínas menor al que exige la norma, y la información al consumidor es engañosa porque se declara 95 por ciento libre de grasa, sin embargo señala que contiene 12.5 por ciento de grasa.

El jamón de espaldilla marca **Jamy** y el jamón cocido marca **Chimex** no cumplen con el contenido de proteínas ni con los ingredientes que exige la norma, ya que su composición es una mezcla de pavo y cerdo.

Las salchichas de la marca **Prosa**, para asar, presentaron un manejo sanitario deficiente, sin embargo ello no representa riesgos para la salud.

Fuente: PROFECO.

Novedosa opción para masajes

Un grupo de personas invidentes ha encontrado una forma digna y productiva de vivir mediante la prestación de sus servicios en el Instituto Profesional de Masaje Ignacio Trigueros (Inpromit), el cual ofrece masajes terapéuticos con una gran diversidad de aplicaciones: de relajación, para aliviar molestias causadas por hematomas, hinchazón por traumatismo o inmovilización, lumbalgias, ciática, esguinces, contracturas musculares, reumatismo crónico y parálisis facial; asimismo los terapeutas dan masajes deportivos, estéticos y de descanso. Cabe señalar que las personas invidentes están debidamente capacitadas.

Si a usted le interesa ponerse en contacto con este instituto, en el Distrito Federal puede comunicarse al 55-30-12-89 o al 55-15-42-00.

¿Botes con rebotes?

El «rebotador» es una silla para bebé -tipo «canguro»- que se sujeta, con hilo elástico y un arnés, al marco de una puerta.

Al sentarlo, el bebé puede rebotar, pero aunque suena divertido no es del todo seguro: los botones que sujetan la cuerda del rebotador pueden desprenderse y provocar que el bebé se caiga.

En este artefacto aparecen las palabras *bungee baby bounce*.

En Estados Unidos se han reportado seis accidentes en los cuales los infantes sufrieron golpes en la cabeza.

Fuente: Comisión de Seguridad del Producto de los Estados Unidos, junio de 1999.

Batas blancas en la red

Los doctores no podían quedarse atrás en la carrera de Internet: ya existen «sitios» en los que los consumidores pueden obtener información acerca del cuidado de la salud.

Algunas de las direcciones son:

Medscape.com: ofrece informes y artículos escritos por médicos especialistas.

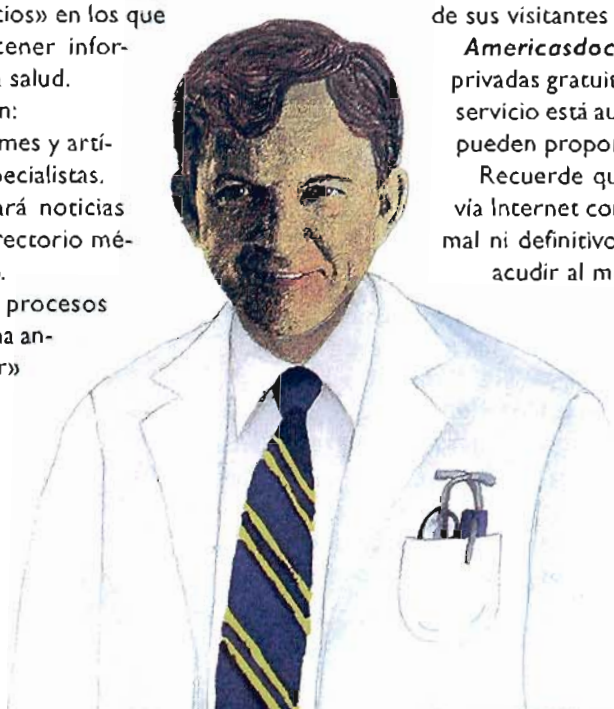
Webmd.com: aquí encontrará noticias e información en general, un directorio médico y otro de grupos de apoyo.

Ahh.com: se especializa en procesos médicos de Webcasting, como una angioplastía. Se pueden «presenciar» intervenciones quirúrgicas.

Mediconsult.com: los pacientes con enfermedades crónicas reciben orientación, además ofrece información respecto a 60 enfermedades comunes. Aproximadamente el 85 por ciento de sus visitantes son mujeres.

Americasdoctor.com: ofrece consultas privadas gratuitas las 24 horas del día. Este servicio está auspiciado por hospitales que pueden proporcionar contactos locales.

Recuerde que ninguna de las consultas vía Internet constituye un diagnóstico formal ni definitivo. Lo más recomendable es acudir al médico.



Fuentes: -Revista Consumer, Nueva Zelanda. -Periódico Reforma, mayo de 1999.

Ahorros sabrosos y picantes

¿Quién es quién en los precios de aderezos, salsas y moles?

En el ámbito culinario una de las grandes ventajas que ofrece nuestro país es su riqueza en platillos para los diferentes gustos, que pueden prepararse con gran diversidad de ingredientes, entre ellos los aderezos, las salsas y los moles. Dichos productos usted los adquiere durante todo el año en cualquier establecimiento de acuerdo a sus necesidades y presupuesto. Ante ello se compararon los precios promedio en los diferentes establecimientos comerciales del área metropolitana de la ciudad de México, en el periodo del 29 de julio al 4 de agosto de 1999.

Se seleccionaron los productos que registraron mayor presencia en las cadenas de tiendas, mercados públicos y tianguis para que usted identifique el lugar de compra que brinde la mejor alternativa de precio y ahorro.

ADEREZOS

Aceite de oliva en lata

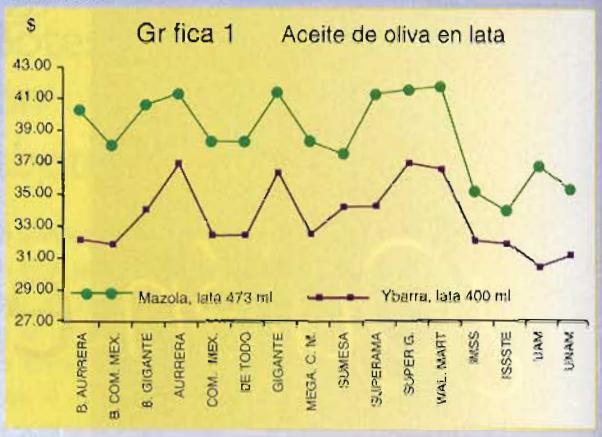
De este producto presentamos dos marcas: Mazola en lata de 473 ml. e Ybarra de 400 ml., que registraron precios comparables en 16 establecimientos.

El mejor nivel de precios para el aceite Mazola se detectó en las tiendas del ISSSTE ($32.92). Este precio, comparado con el nivel más alto ($41.70), representa una diferencia de $7.78.

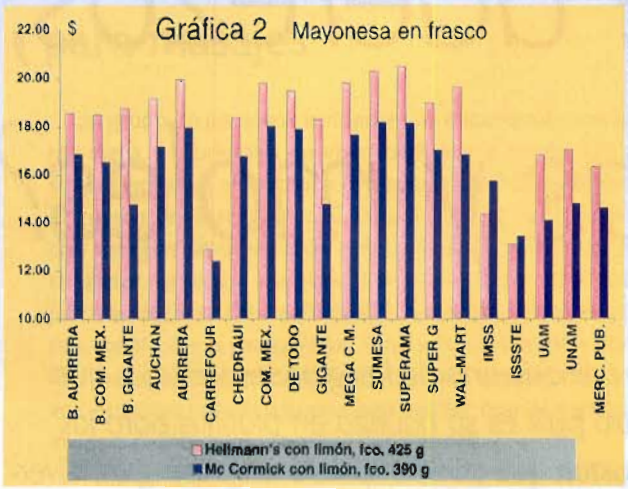
Por otro lado, una buena opción de compra para la marca Ybarra fue la tienda UAM ya que ofreció el precio más barato ($30.36), lo que significa un ahorro de $6.54 respecto al establecimiento que lo vendió más caro.

Cabe señalar que otra buena alternativa de compra para la marca Mazola fueron las tiendas del IMSS, en tanto que para la marca Ybarra fueron las tiendas de la UNAM (ver Gráfica 1).

Gráfica 1



Mayonesa

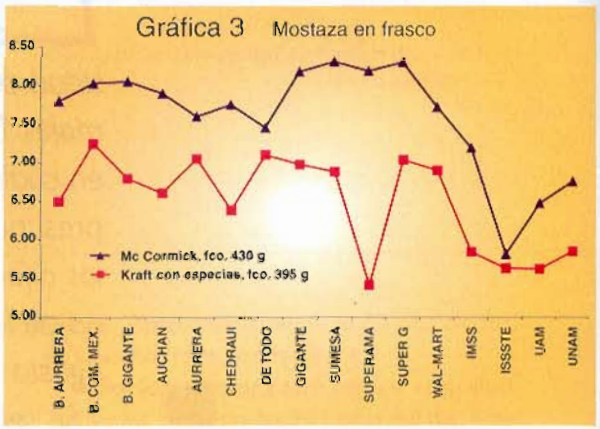


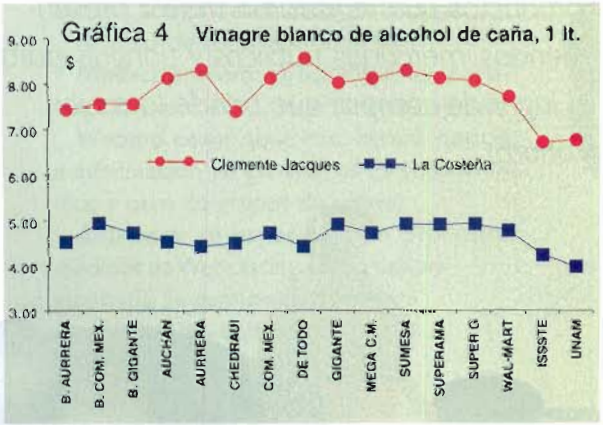
De acuerdo con la Gráfica 2, de los 20 establecimientos que mostraron precios para las marcas Hellmann's con limón de 425 g y Mc Cormick con limón en frasco de 390 g, los precios más bajos se encontraron en la cadena de tiendas Carrefour, siendo de $12.90 y $12.40 respectivamente, con un ahorro de $7.60 y $5.80 en cada marca, comparado con el precio más alto.

Otros establecimientos que vendieron a buen precio fueron: en el caso de la marca Mc Cormick, las tiendas ISSSTE ($13.43), las de la UAM ($14.10) y los mercados públicos ($14.62). La marca Hellmann's, por su parte, también se vendió a precio accesible en las tiendas ISSSTE ($13.08).

Mostaza

La mostaza marca Mc Cormick, frasco de 430 g, y Kraft con especias, de 395 g, mostraron su mejor opción de compra en las tiendas ISSSTE en el primer caso y Superama en el segundo, ya que registraron los mejores precios, $5.81 y $5.41. El ahorro en la compra de estos productos fue de $2.50 y $1.84, respecto a la cadena de tiendas de mayor precio. La segunda marca, por su parte, presentó otras opciones muy cercanas al precio mas bajo, encontrándose en: UAM, IMSS, ISSSTE y UNAM (ver Gráfica 3).





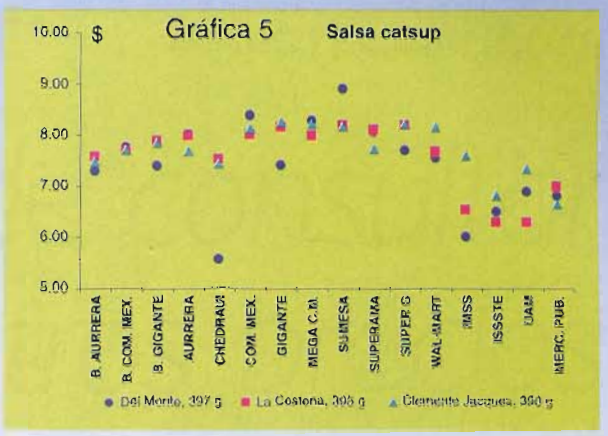
Vinagre 1 litro

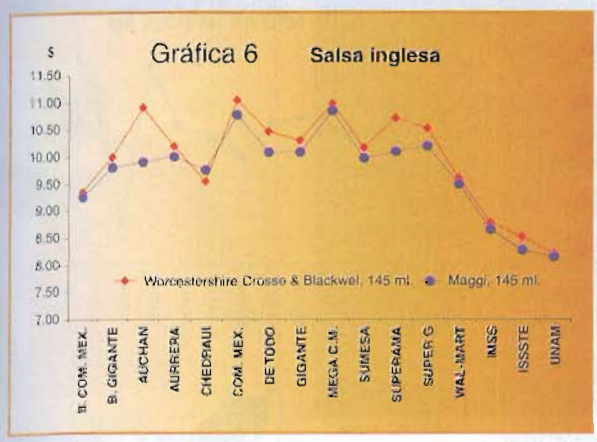
Al comparar los mejores precios del vinagre blanco de alcohol de caña, la marca Clemente Jacques registró un precio de $6.70 en ISSSTE y La Costeña de $3.95 en UNAM. Para esta última el mayor ahorro fue de $0.97 comparado con el precio más alto encontrado en Bodega Comercial Mexicana ($4.92); igualmente, en el vinagre Clemente Jacques, se obtuvo un ahorro de $1.85. Esta marca presentó otra buena opción de ahorro en las tiendas UNAM ($6.75) (ver Gráfica 4).

SALSAS

Salsa catsup

En cuanto a la salsa catsup, el precio más bajo se ubicó en $5.59 en Chedraui, $6.30 en tiendas ISSSTE y $6.66 en mercados públicos, para las marcas Del Monte de 397 g, La Costeña de 395 g y Clemente Jacques de 390 g, respectivamente. De las tres marcas consideradas, el menor precio correspondió a Del Monte, al colocarse $1.07 por debajo de la marca Clemente Jacques y $0.71 de la marca La Costeña. Por otro lado, Del Monte fue la que registró mayor dispersión de precios, por lo que se pudo obtener un ahorro de $3.33 comprando en el lugar referido en vez de Sumesa (ver Gráfica 5).



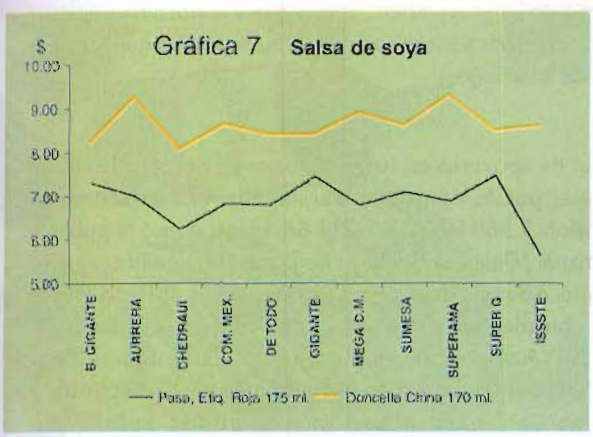


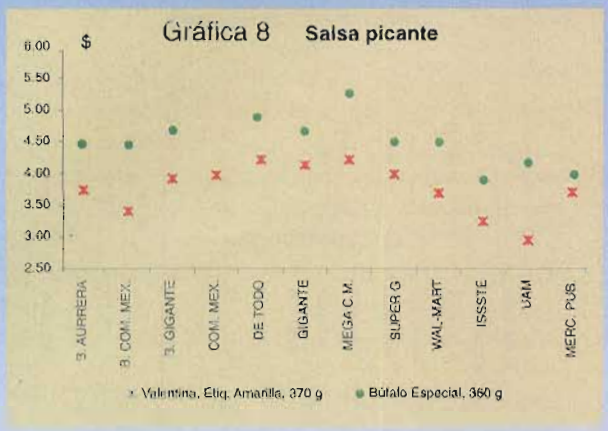
Salsa inglesa

En cuanto a la salsa inglesa de 145 ml., los respectivos precios más bajos obtenidos para las marcas Cross & Blackwel y Maggi fueron de $8.20 y $8.15, con una diferencia de tan sólo $0.05 entre una y otra, lo que indica que cualquiera de estas dos marcas sería una buena alternativa al adquirirlas en la tienda UNAM. Cabe mencionar que el mayor precio para ambas marcas correspondió, en el orden mencionado, a Comercial Mexicana ($11.03) y Mega Comercial Mexicana ($10.85), por lo que el ahorro que obtendría para cada marca sería de $2.83 y $2.70 en cuanto a su precio mayor (ver Gráfica 6).

Salsa de soya

El precio de la salsa de soya se comparó entre las marcas Pasa etiqueta roja de 175 ml. y Doncella China de 170 ml., que se vendieron a menor precio, $5.64 y $8.05, en ISSSTE y Chedraui. De elegir la alternativa más barata, para la salsa Doncella China, pudo ahorrar $1.24, con respecto al precio más caro de $7.50 encontrado en Super G. Otras alternativas fueron De Todo y Mega Comercial Mexicana al venderla cada una a un precio de $6.80. En el caso de la marca Pasa, el precio de Bodega Gigante ($8.22) también fue atractivo (ver Gráfica 7).





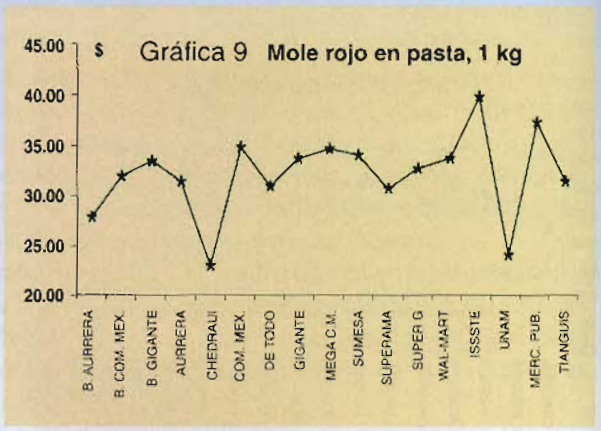
Salsa picante

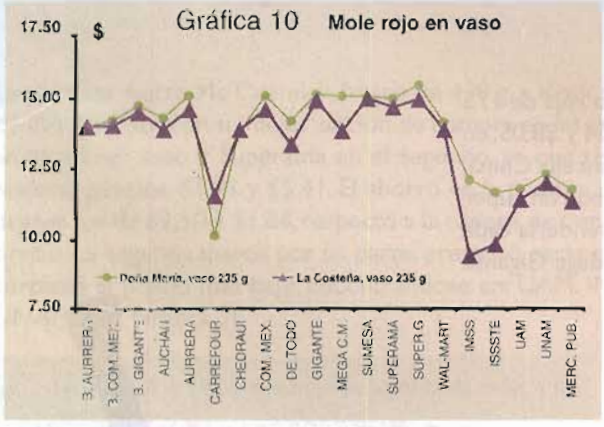
El precio de la salsa picante se comparó entre dos marcas, Valentina y Búfalo, resultando ser, respectivamente, las tiendas UAM e ISSSTE las que vendieron al menor precio cada producto (ver Gráfica 8). La salsa Valentina de 370 g se vendió en la cadena comercial mencionada en $2.96, en tanto que la salsa Búfalo Especial de 360 g se ofreció a un mínimo de $3.91. La primera presentó, en las diferentes cadenas comerciales, precios que van desde $3.25 (ISSSTE) a $4.23 (Mega Comercial Mexicana), por lo cual usted pudo obtener un ahorro de hasta $1.27; la otra marca presentó mayores diferencias de precio entre una cadena y otra, por lo que también se obtuvieron ahorros significativos comprando al precio ofrecido en mercados públicos ($4.00) y UAM ($4.19).

MOLE ROJO EN PASTA

A granel

En la Gráfica 9 se muestra que el precio del kilogramo de mole rojo se detectó más barato en tiendas Chedraui ($22.90), seguido de tiendas UNAM ($24.00). Estos establecimientos se ubicaron $17.00 y $16.00 por abajo del nivel de precio más alto ($39.90).





En vaso

Asimismo le mostramos otras alternativas para el mole en pasta, en vaso de 235 g, del cual se da seguimiento a dos marcas, Doña María y La Costeña.

De acuerdo con la Gráfica 10, el mole Doña María registró el nivel de precios más bajo en la cadena de tiendas Carrefour ($10.10), en tanto que La Costeña se vendió más barato en las tiendas IMSS ($9.39) y el ahorro que representan cada una es de $5.40 y $5.62, respecto al precio más alto detectado para cada una de ellas. Cabe señalar que en general, con la marca La Costeña se obtienen mejores niveles de ahorro.

Existe una gran diversidad de marcas, entre las cuales puede elegir el producto de su preferencia, por lo que a la hora de comprar considere los establecimientos cercanos a su domicilio que le ofrezcan los precios más bajos.

Con el fin de apoyarlo en sus decisiones de compra, le recordamos que puede consultar diariamente los teléfonos del consumidor: 5 568 87 22 y 5 211 64 14, así como la publicación semanal *¿Quién es Quién en los Precios? Guía para comprar más barato.* Además de las Pantallas Sensibles al Tacto (*Touch Screen*), ubicadas en ocho delegaciones metropolitanas de PROFECO (Azcapotzalco, Benito Juárez, Cuauhtémoc, Gustavo A. Madero, Iztapalapa, Naucalpan, Tlanepantla y Venustiano Carranza), en las oficinas centrales de la institución localizadas en José Vasconcelos núm. 208, P. B. y otra más en la H. Cámara de Diputados del Distrito Federal.

En Culiacán:

Ya puede consultar nuestros precios

Culiacán cuenta con el programa ¿Quién es Quién en los Precios? para que los consumidores de esta ciudad se beneficien consultando la información de los mejores puntos de venta de acuerdo a sus precios, por lo que en esta ocasión la Procuraduría Federal del Consumidor comparó los precios promedio de productos de consumo generalizado en las distintas cadenas de tiendas de dicha ciudad, utilizando información del programa mencionado.

Para este comparativo se conformaron canastas de productos básicos alimenticios, de limpieza y cuidado personal, hortifrutícolas y medicamentos que estuvieron presentes en todas las cadenas comerciales analizadas y que fueron iguales en marca y presentación. En el estudio le mostramos el ahorro que puede obtener al comprar en la cadena de tiendas más barata, además de las diferentes alternativas de compra.

La información de precios fue recabada del 27 de julio al 4 de agosto de 1999. Es importante señalar que en esta ciudad, al menos una vez a la semana se registran más de 1,700 precios en 8 supermercados, 8 tiendas de electrodomésticos, 9 farmacias independientes además de las de los supermercados, 9 papelerías y 4 mercados públicos.

Básicos alimenticios

Para este grupo se seleccionaron 14 artículos, encontrados en cinco cadenas comerciales y dos mercados públicos, destacando el café soluble, la leche en polvo, la salsa inglesa, la gelatina en polvo, el atún y la leche condensada por la diferencia entre el precio mínimo y máximo (ver Gráfica 1).

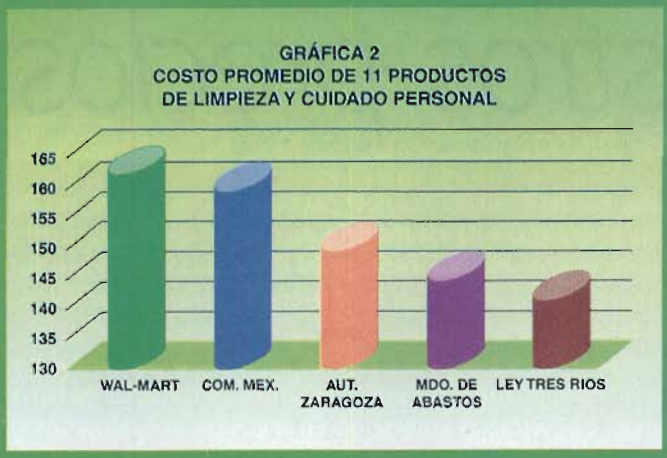
El costo promedio más bajo para los 14 artículos seleccionados ($188.92), se registró en la cadena de tiendas de Comercial Mexicana, representando un ahorro de $36.38 respecto al precio máximo observado en Carnicería el Rincón Grande ($225.30).

Otra buena opción de compra fue el Mercado de Abastos, donde el costo de la canasta fue $191.60, seguido de la cadena de tiendas Ley Tres Ríos, donde el costo se ubicó en $196.12, por lo que el ahorro fue de $33.70 y $29.18, respectivamente, contra el precio encontrado en Carnicería el Rincón Grande.

GRÁFICA 1
COSTO PROMEDIO DE 14 PRODUCTOS ALIMENTICIOS

Productos de limpieza del hogar y cuidado personal

El comparativo del costo de la canasta se realizó con precios de un mercado y cuatro cadenas comerciales; en ésta se incluyeron 11 productos: pañales desechables, shampoo, suavizante para ropa, limpiador líquido para piso y papel higiénico, entre otros (ver Gráfica 2).



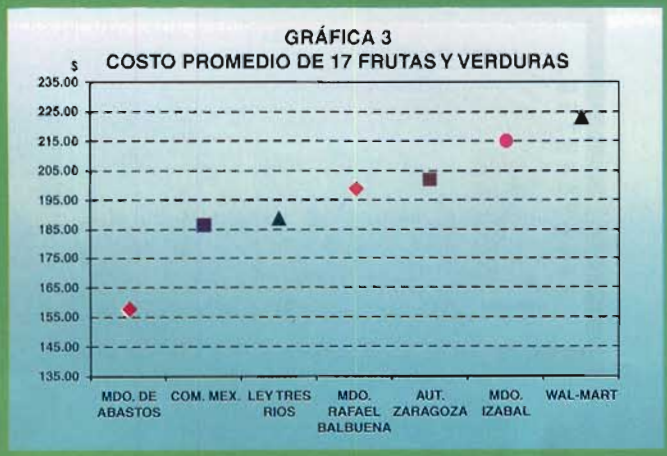
El costo mínimo para el total de productos incluidos se detectó en la cadena de tiendas Ley Tres Ríos, siendo de $141.65. Se pudo obtener así un ahorro máximo de $20.73 entre la opción mencionada y la del costo más alto ($162.38), registrado en Wal-Mart.

La segunda mejor opción de compra fue el Mercado de Abastos, ya que el costo de la canasta se ubicó en $144.90, representando un ahorro de $17.48 contra el precio más alto; la tercera opción de compra se observó en Autoservicio Zaragoza a un costo de $149.60, con lo cual el ahorro fue de $12.78.

Frutas y verduras

En 4 cadenas comerciales y 3 mercados públicos, se observaron precios de 17 frutas y legumbres, incluyendo aguacate, cebolla, jitomate, chile fresco, plátano, limón, naranja y piña, por mencionar algunos (ver Gráfica 3).

El Mercado de Abastos registró el menor costo para este grupo de productos ($157.75), mientras que el más alto se observó en la cadena de tiendas Wal-Mart ($222.97), lo que significó un ahorro de $65.22 al comprar en la primera opción.



La cadena de tiendas Comercial Mexicana, las tiendas Ley Tres Ríos y el Mercado Rafael Balbuena registraron un costo promedio de $186.55, $188.50 y $198.50, en cada caso, para ahorros de entre $36.42 y $24.47, comparando con el precio más alto.

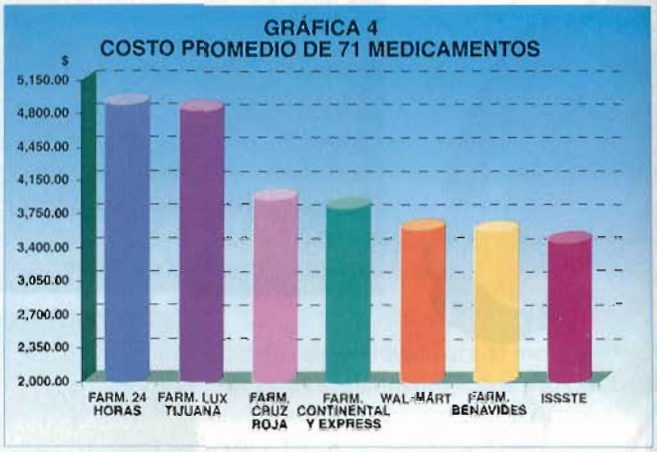
Medicamentos

Para conocer el lugar donde puede adquirir estos productos a un menor precio, integramos una canasta de 71 medicamentos, encontrados en 7 cadenas comerciales que se muestran en la Gráfica 4.

La cadena de tiendas del ISSSTE fue la que mostró un menor costo promedio ($3,460.34).

La segunda mejor opción de compra resultó ser la Farmacia Benavides ($3,579.51), seguida de Wal-Mart ($3,594.35) y de Farmacias Continental y Express ($3,823.64).

La Farmacia 24 Horas representó el costo mayor ($4,905.95), por lo que el ahorro máximo fue de $1,445.61 comprando en la cadena comercial que presentó el menor costo.



Por último, le recordamos que existe un teléfono del consumidor cerca de usted, donde puede consultar precios actualizados de productos alimenticios, de limpieza del hogar y cuidado personal, hortifrutícolas, medicamentos, electrodoméstico, pescados y mariscos, artículos escolares, uniformes y libros de texto.

Ciudad	Teléfono del Consumidor	Ciudad	Teléfono del Consumidor
Aguascalientes	915 18 71	Oaxaca	3 13 99
Cancún	84 23 69	Puebla	46 13 00
Cd. de México	5 568 87 22; 5 211 6414	Puerto Vallarta	5 00 00
Cuernavaca	11 52 04	Querétaro	23 57 22
Culiacán	13 07 61	Tepic	14 31 64
Guadalajara	613 96 72	Toluca	15 70 70
Hermosillo	14 93 93	Tijuana	34 70 00
Mérida	23 23 23	Tlaxcala	2 89 90
Monterrey	46 81 00	Veracruz	31 36 97
Morelia	15 76 76	Villahermosa	143122 Ext. 105

¡La norma es cumplir!

En productos de cuero y piel natural

Actualmente se comercializan zapatos, carteras, bolsas y cinturones cuyo material se asemeja a la piel natural, sin embargo están elaborados con fibras sintéticas. Como consumidores no tendríamos ningún problema si antes de adquirirlos el vendedor nos aclarara que estos productos son de vinil o de piel sintética.

Para evitar sorpresas desagradables al comprar un artículo de esta clase es importante conocer la norma oficial que regula la información que debe señalar la etiqueta de estos productos.

La NOM-020-SCFI-1997 «Información comercial -etiquetado de cueros y pieles curtidas naturales, de materiales sintéticos o artificiales con esa apariencia, y de calzado, así como todos aquellos productos elaborados con dichos materiales» establece que todos los productos elaborados con piel, cuero o materiales sintéticos, como zapatos, ropa, accesorios y demás artículos de origen nacional o de importación deben tener grabada, en forma permanente y en un lugar visible, la siguiente información:

-Denominación o razón social del fabricante nacional o importador, o marca registrada.

-Definición genérica o específica de los materiales y, opcionalmente, de su acabado (esta información puede incluirse en una etiqueta anexa). Debe especificarse claramente de qué están hechas las partes que conforman el producto, por ejemplo:

Corte: cabra (acabado en charol)
Forro: cochino
Suela: sintética

En las prendas de vestir como abrigos, chamarras, sacos, pantalones, faldas, bolsas, guantes y cinturones; y artículos para viaje, como maletas, portafolios y mochilas, se debe señalar claramente con qué material se elaboraron tanto la parte externa como el forro del producto.

En artículos como monederos, carteras, billeteras, llaveros, estuches, artículos para escritorio, para oficina, deportivos, y otros no especificados, se debe indicar el material de la vista, sin considerar armazones, divisiones y otras partes, excepto cuando el forro sea también de piel.

En caso de que estos artículos se vendan en par, como es el caso de los zapatos, la información se puede presentar en una o en ambas piezas.

La etiqueta debe indicar el acabado del producto (ante, gamuza, charol, imitación piel, etcétera) y especificar el nombre del animal del que proviene la piel (ternera, becerro, cabra, etcétera), o bien, el material sintético de que se trate.

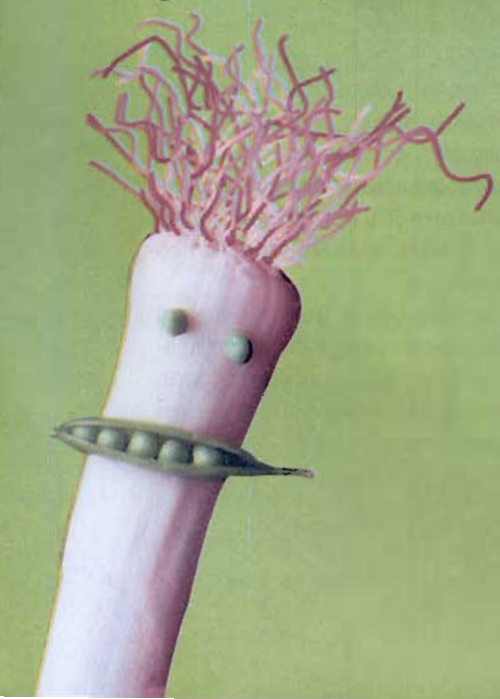
Esta Norma Oficial permite que, en caso de omisión, engaño o incumplimiento por parte de un mal proveedor, usted pueda hacer valer sus derechos como consumidor.

Fuentes: -Dirección de Educación para el Consumo, PROFECO
-Dirección de Políticas de Protección al Consumidor, Secofi

Productos transgénicos

¿Supervegetales?

La señora Hortensia compró jitomates y se olvidó de ellos por dos semanas. Enojada por su despiste, imaginó que estarían ya putrefactos. Cuál sería su sorpresa al encontrarlos en pleno esplendor: ¡colorados, turgentes y lustrosos!, casi igual que cuando los compró. Intrigada se preguntó: -¿Qué tendrán estos jitomates que parecen de plástico?... Probablemente Hortensia compró jitomates manipulados genéticamente o transgénicos. No crea que la suposición es un delirio futurista, se trata de una realidad llamada «ingeniería genética de plantas».



¿Mejores productos para el consumidor?

En la actualidad se han desarrollado técnicas que permiten aislar y manipular elementos del ácido desoxirribonucleico (ADN) de algunos productos hortícolas que contienen genes con características seleccionadas (véase Glosario).

Estos genes se insertan en el material genético de otra planta y así se logra transferir la característica deseada sin alterar las demás. Al producto obtenido mediante este proceso se le denomina «transgénico».

El fin de este experimento biotecnológico es producir vegetales más tolerantes a herbicidas y resistentes a virus, insectos y hongos; también se está buscando la resistencia a los cambios climáticos, como sequías y heladas.

En México, los tomates de larga vida de anaquel modificados genéticamente, el algodón tolerante a herbicidas, así como la soya y el maíz están liberados.

Un tema bajo la lupa

La Secretaría de Agricultura, Ganadería y Desarrollo Rural (Sagar), a través del Instituto Nacional de Investigaciones Forestales, Agrícolas y Pecuarias (INIFAP), afirma que la ingeniería genética abre una nueva era en la historia del mejoramiento de plantas.

El INIFAP argumenta que dado que los pronósticos muestran el aumento de las tasas de crecimiento de población, y tomando en cuenta que las áreas cultivables ya no podrán seguir extendiéndose, la ingeniería genética se perfila como la principal herramienta para alimentar a la población mundial.

Sin embargo, el optimismo del INIFAP es cuestionado por la organización ambientalista internacional *Greenpeace*, la cual señala que los experimentos con transgénicos son muy recientes y no se han podido evaluar sus consecuencias.

En el aspecto ecológico, esta organización ambientalista advierte que con el desarrollo de los transgénicos se arriesga el equilibrio de los ecosistemas: temen que los genes agregados desarrollen propiedades imprevisibles que les den ventajas sobre las plantas silvestres en la competencia por la luz, el agua y los nutrientes. La proliferación de estas plantas podría tener como consecuencia -a largo plazo- cambios en la flora y aumento en el número de especies en peligro de extinción.

En este rubro existe otro riesgo que el INIFAP expone: para autorizar la liberación de una variedad transgénica se debe determinar si el cultivo tiene parientes silvestres en la zona, ya que el polen de las plantas transgénicas puede fecundar las flores de plantas silvestres y transferir el gen a su descendencia.

El problema más grave se presentaría si el pariente silvestre fuese una maleza, porque podría adquirir resistencia a insectos, enfermedades o herbicidas, lo cual podría causar un desequilibrio ecológico.

Algunos cuestionamientos

Tecnología "Terminator": La tecnología más cuestionada por organizaciones no gubernamentales es la denominada *Terminator* -promovida por la empresa estadounidense **Monsanto**-,

pues la semilla que produce esta ingeniería genética permite sólo una cosecha; como consecuencia las próximas generaciones de estas semillas serán estériles.

Si tomamos en cuenta que mil 400 millones de familias de agricultores pobres cultivan entre el 15 y el 20 por ciento de los alimentos del mundo a partir de semillas guardadas de cosechas anteriores, la introducción de *Terminator* podría representar la ruina de los pequeños productores. Se dice que la finalidad de esta técnica biotecnológica es obligar a los agricultores a comprar cada año nuevas semillas.

Respecto a la salud: En el aspecto de la salud, las organizaciones no gubernamentales señalan como principal riesgo el hecho de que los transgénicos pueden transferir los genes recibidos a otras especies. Las probabilidades aumentan porque para producir transgénicos se utilizan genes fortalecidos, principalmente con resistencia a antibióticos.

Se concluye que el mayor peligro para la salud es que se transfiera dicha resistencia a los antibióticos hacia los seres humanos y a los animales.

Los riesgos dependen de:

- La planta de que se trata.
- El tipo de gen que se utilice para mejorar las características.
- El ecosistema en que se introduzca la planta.

Escuchemos a Chapingo

Por otra parte, la Universidad Autónoma de Chapingo (UACH) nos informa que, actualmente, las investigaciones científicas, que se realizan en México en torno a la ingeniería genética en plantas se han enfocado hacia aspectos muy elementales. Existen «lagunas» en lo referente a la transferencia del laboratorio al campo de las variedades modificadas. Estos vacíos tienen relación con la evaluación de efectos secundarios a corto o mediano plazo por la información genética introducida.

La UACH aclara el aspecto nutricional de los transgénicos: teóricamente sí conservan los mismos valores nutricionales que los vegetales naturales, pero depende del objetivo particular por el cual se modifica la planta. Por ejemplo, se han desarrollado plantas de tomate dulce más duraderas, pero no se sabe con precisión si se han hecho pruebas bromatológicas para evaluar el contenido nutricional.

En cuanto a los efectos sobre la salud humana, la UACH puntualiza que a la fecha no se han reportado efectos negativos, aunque reconoce que hay opiniones que suponen posibles acumulaciones de productos o subproductos derivados de la información genética introducida en la planta. En este rubro, Chapingo considera la posibilidad de llevar a cabo ensayos con animales de laboratorio para sopesar dicho punto de vista.

En cuanto a las características externas de los transgénicos, sólo en el caso del jitomate dulce de larga vida es posible identificarlo a simple vista. Pero cuando se trata de características que confieren resistencia a plagas o a enfermedades, la diferencia de un transgénico no es obvia. Con el fin de respetar los derechos del consumidor, la Universidad cree prudente añadir una etiqueta que indique su origen transgénico para que cada persona decida si lo adquiere.

Mientras el INIFAP sostiene que la ingeniería genética de plantas es la solución a la alimentación mundial, la UACH disiente argumentando que en un futuro a mediano o largo plazos es posible que la resistencia del transgénico cambie en función de ambientes diferentes, por lo que está latente la posibilidad de que esa planta ya no sea funcional.

La UACH hace hincapié en los beneficios de los cultivos transgénicos con

Glosario

ADN (ácido desoxirribonucleico): material del que están hechos los cromosomas, que almacena y transfiere la información genética en todos los organismos.

Gen: es una parte del ADN que contiene la información completa para expresar cada característica o rasgo que identifica a los seres vivos.

Biotecnología: técnica que usa organismos vivos o sustancias de esos organismos para producir o modificar un producto. Sus ramas son la ingeniería genética, el cultivo de tejidos y la marcación molecular.

Transgénico: variedad generada a través de la introducción artificial del gen de una especie a otra.

Acciones en nuestro país

El gobierno federal decidió crear una Comisión Consultiva de Bioseguridad y una Comisión Ejecutiva Intersecretarial para evaluar las posibles consecuencias de un mayor uso de productos transgénicos, en particular los de origen vegetal.

La Comisión Ejecutiva estará integrada por las secretarías del Medio Ambiente, de Comercio, y de Agricultura, y será presidida por esta última. Por su parte, la Comisión Consultiva se encargará de emitir opiniones científicas fundamentadas acerca del empleo de productos transgénicos.

La presidencia informa que el objetivo de ambas comisiones es estudiar las posibles consecuencias del uso de productos transgénicos, para asegurar la preservación de la salud de la población y del ambiente. También señala que Conacyt deberá poner en marcha un programa de apoyo para el desarrollo de la biotecnología; entre sus funciones está la de minimizar los posibles riesgos de seguridad pública implícitos en el manejo y consumo de productos transgénicos.

resistencia a plagas, como en el caso del algodón, lo que evitaría el uso desmedido de pesticidas.

En busca de un acuerdo

Con el propósito de firmar el Protocolo Internacional de Bioseguridad, para normar la transferencia, manejo y uso de transgénicos, se llevó a cabo una reunión en Cartagena, Colombia, en febrero del presente año.

En el encuentro mencionado no se llegó a ningún acuerdo, hubo posiciones encontradas y alianzas entre países, por lo que aún está pendiente el consenso de cómo manejar el comercio de estos productos a nivel internacional.

No obstante, cabe subrayar que la polémica se centra en el etiquetado adecuado de los transgénicos, y en el derecho de los países a negarse a la introducción de organismos genéticamente modificados a su territorio. Las negociaciones se reanudarán a mediados del 2000.

En México no existe una ley sobre recursos genéticos, sólo hay una propuesta que desde 1996 está en el Senado, pero hasta la fecha no se ha llevado al pleno para su discusión y aprobación.

Por otro lado, la organización *Consumers International* -junto con otras organizaciones defensoras del consumidor- está exigiendo el etiquetado obligatorio de todos los alimentos sometidos a procedimientos de ingeniería genética, con la finalidad de garantizar a los consumidores el derecho a estar informados y a decidir la compra de productos de ese tipo. Dicha medida ya se aplica en 15 países de la Unión Europea y en Suiza.

La Comisión del *Codex Alimentarius* -organismo integrado por los países miembros de la Organización Mundial de la Salud (OMS) y del Fondo de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO)- este año tomó la decisión de impedir que los alimentos producidos con ingeniería genética lo declaren en el etiquetado.

Los países que apoyaron la decisión fueron: Estados Unidos -principal productor de transgénicos-, Brasil, Canadá, Australia y Nueva Zelanda; por su parte, las delegaciones de la India y Noruega reclamaron el derecho del consumidor a estar debidamente informado, es decir, defendieron la postura de un etiquetado obligatorio, pero sólo se logró el etiquetado en los productos cuyo valor nutricional cambia y en aquellos que pueden producir reacciones alérgicas en el consumidor.

La situación no es alentadora y se presta aún a suspicacias: si tan seguros están de lo inocuo de los productos transgénicos, ¿por qué se oponen a que el consumidor pueda identificarlos?

Paola Herrera

Fuentes: -Instituto Nacional de Investigaciones Forestales, Agrícolas y Pecuarias (INIFAP).
-Publicación de la Oficina Regional para América Latina y el Caribe (ROLAC) de Consumers International, mayo-junio, enero-abril, 1999.
-Greenpeace.
-Unión Nacional de Organizaciones Regionales Campesinas Autónomas, A. C. (UNORCA).
-Universidad Autónoma de Chapingo, Departamento de Fitotecnia y Academia de Genética.
- Periódico Reforma, 16 de junio, 1999.

Lo jugoso del negocio

Entre 1986 y 1995 se instalaron 15 mil zonas de cultivo con productos transgénicos en 45 países. Entre 1996 y 1997 la cifra aumentó a 25 mil sitios.

Diversos estudios calculan que el mercado mundial de cultivos transgénicos, inferior a los 500 millones de dólares en 1996, crecerá hasta seis veces para el año 2000, llegará a 6 mil millones en el 2005 y a 20 mil millones en el 2010.

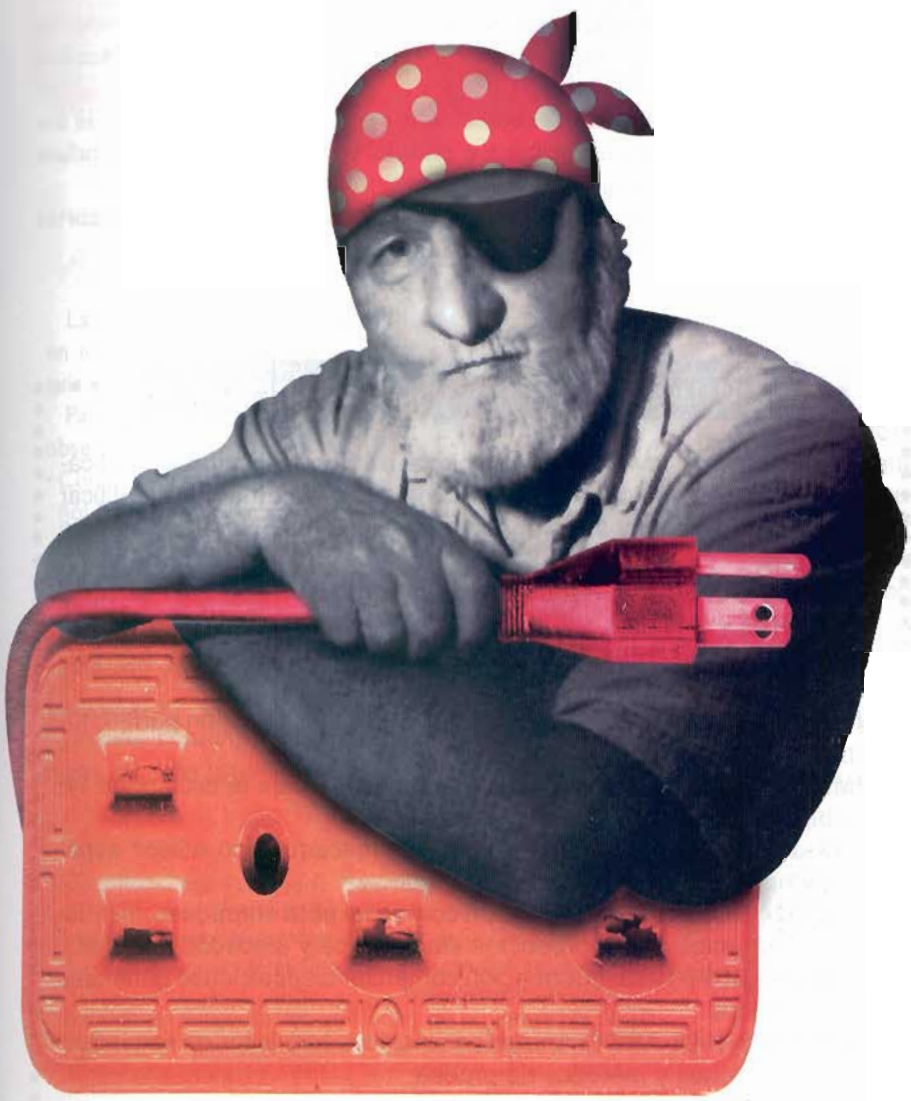
Entre 1986 y 1997 Argentina, Belice, Bolivia, Brasil, Chile, Costa Rica, Cuba, Guatemala y México instalaron plantaciones transgénicas de prueba. En Argentina y México ya existen plantaciones comerciales.

Además, en nuestro país se realizan pruebas con los siguientes cultivos resistentes a virus: melón, papaya, papa, calabaza, tabaco y jitomate; a herbicidas: maíz y frijol de soya; a insectos: maíz y jitomate; canola con alto contenido de ácido láurico; pimienta picante de maduración lenta; arroz con el gen SPS adicionado; y trigo con el gen DMRF.

En el Centro de Investigaciones y Estudios Avanzados (Cinvestav) del I. P. N. ya tienen semillas transgénicas de tabaco resistentes a coleópteros y a virus, así como maíz que soporta el aluminio, metal que abunda en suelos ácidos.

Fuente: Revista Expansión, La segunda revolución verde, mayo, 1999.

¡Cuidado con los accesorios eléctricos «pirata»!



Prender y apagar la luz, conectar la clavija de un aparato en un tomacorriente o en una extensión eléctrica, o bien, reemplazar un fusible son acciones que realizamos cotidianamente, pero ¿ha considerado si dichas piezas tienen marca, están debidamente empacadas o le ofrecen garantía?, ¿sabía usted que si adquiere estos artículos en el comercio informal pueden resultar peligrosos?

La venta de accesorios eléctricos «pirata» ha crecido durante los últimos años; esta situación preocupa a los industriales del ramo, quienes estiman que el 10 por ciento del mercado lo abarcan los productos «pirata», mismos que no cumplen con las normas de calidad y en consecuencia llegan a provocar fugas o descargas de energía eléctrica y cortocircuitos sumamente peligrosos, que incluso pueden causar un incendio.

En una investigación realizada por la Cámara Nacional de Materiales Eléctricos (Caname), con datos proporcionados por compañías aseguradoras, se concluyó que los cortocircuitos son la causa del 70 por ciento de los incendios, y del 30 al 40 por ciento es resultado de fallas eléctricas en el equipo.

¡«Piratas» al ataque!

La «piratería» hace de las suyas: desde copiar el diseño de un artefacto o accesorio eléctrico, hasta reconstruir un producto desechable para introducirlo al mercado como nuevo.

El comercializador «pirata» adquiere estos productos a precios muy bajos en bodegas clandestinas o con los «cajueleros».

Desafortunadamente, la decisión de compra del consumidor se basa generalmente en el precio y el caso de los accesorios eléctricos no es la excepción.

Para erradicar esta actividad, la Caname está llevando a cabo una campaña «antipirata», en la cual invita a los comercializadores de artículos eléctricos a no comprar productos sin certificación ni garantía.

Además difunde entre los fabricantes la importancia de certificar sus productos ante el laboratorio de la Asociación Nacional de Normalización y Certificación del Sector Eléctrico (ANCE), para verificar que cumplan con las Normas Oficiales Mexicanas correspondientes; mediante tal certificación los productos se hacen acreedores a ostentar los sellos NOM y/o ANCE, lo cual le garantiza al consumidor que está adquiriendo un accesorio eléctrico seguro y de calidad.

Asimismo, la ANCE supervisa periódicamente a las empresas que certificaron sus productos, con el fin de comprobar que continúan cumpliendo con las normas de calidad.

Identifique a los «piratas»

Los materiales con los que se fabrican los accesorios eléctricos «pirata» son de mala calidad, por ejemplo:

- Regularmente los acabados de las partes de plástico presentan rebabas.
- Las partes metálicas de la mayoría de los accesorios eléctricos deben fabricarse con aleaciones específicas, como cobre y zinc, pero los accesorios «piratas» están elaborados principalmente con hierro, el cual no es buen conductor de la electricidad, lo que puede provocar una descarga eléctrica de alto riesgo.
- El plástico con el que se manufacturan las piezas debe ser de una composición especial para que cumpla con su función aislante; los artículos «pirata» no cumplen con esta especificación.
- Algunos accesorios que requieren de un gabinete metálico -como los medidores de luz- presentan una lámina cuyo espesor es inferior al recomendado y la pintura que la cubre se levanta fácilmente, lo cual puede dañar los aparatos eléctricos y electrónicos debido a una sobrecarga de energía eléctrica.
- Las dimensiones de las partes metálicas no son proporcionales, de este modo, si las entradas de una clavija no cumplen con las medidas adecuadas, la entrada del contacto no embonará.
- La vida útil de un accesorio eléctrico «pirata» es menor de tres años, mientras que la de uno de marca es de entre diez y 20 años.
- El metal de contactos, apagadores, clavijas, etcétera, se dobla con facilidad; el plástico se quema rápidamente, incluso con un cerillo.
- El cartón que tienen algunas clavijas puede provocar cortos y flamazos si se humedece.

Certificación de accesorios eléctricos

En nuestro país, la Asociación Nacional de Normalización y Certificación del Sector Eléctrico (ANCE) es la instancia encargada de certificar los accesorios eléctricos, en apego a las siguientes Normas Oficiales Mexicanas:

- **NOM-003-SCFI-1993:** Requisitos de seguridad en aparatos electrodomésticos y similares.
- **NMX-J-009/248/1-1994-ANCE:** Fusibles-fusibles para baja tensión parte 1. Requisitos generales.
- **NMX-J-009/248/7-1996-ANCE:** Fusibles para baja tensión parte 7: fusibles renovables letra H.
- **NMX-J-009/248/11-1994-ANCE:** Fusibles para baja tensión parte 11: fusibles tipo tapón.
- **NMX-J-024-1995-ANCE:** Portalámparas roscados tipo edison-especificaciones y métodos de prueba.
- **NOM-024-SCFI-1998:** Información comercial para empaques, instructivos y garantías de los productos electrónicos y electrodomésticos.
- **NOM-050-SCFI-1998:** Información comercial-disposiciones generales para productos.
- **NMX-J-508-1994-ANCE:** Artefactos eléctricos-requisitos de seguridad-especificaciones y métodos de prueba.

Fuente: ANCE.

Antes de comprar...

La mayoría de los productos eléctricos «pirata» se venden en el pequeño comercio, como tlapalerías, ferreterías, tianguis y puestos ambulantes.

Para reconocer un accesorio eléctrico de buena calidad, observe lo siguiente:

- Compruebe que en la etiqueta se indiquen en idioma español las características eléctricas, riesgos y advertencias; así como la información comercial del producto (nombre, razón social del fabricante o importador, domicilio, etcétera).
- Busque en la etiqueta los sellos NOM y/o ANCE.
- Compare precios, porque entre los accesorios eléctricos de marca y los «pirata» existe una diferencia de costo sustancial: si son muy baratos desconfíe del producto.

Un buen consumidor no pone en riesgo su vida ni la de los suyos, ¿no cree usted?

Graciela Muñoz

Fuentes: -Entrevista con el ingeniero Rafael Yáñez Hoyos, representante de la Caname para la Campaña contra Productos «Pirata».
-Entrevistas con el ingeniero Martín Flores Ruiz, director de Operaciones, y con el ingeniero Jorge Amaya, gerente de Laboratorio, ambos miembros de la ANCE.
-Entrevista con el ingeniero Samuel Alazraki y con la ingeniero Ma. Isabel Sánchez, directivos de Industrias Arrow-Hart, S.A. de C.V.
-Entrevista con el ingeniero Ernesto Sierra Madrigal, gerente general de Aleaciones Sintetizadas de México, S.A. de C.V.
-Sondeo de mercado.

¡Cuidado con los fusibles!

La protección del sistema eléctrico mediante fusibles es ampliamente utilizada por las ventajas que implica en caso de cortocircuito, ya que protege a los conductores, a los elementos del sistema eléctrico y, sobre todo, a los aparatos eléctricos y dispositivos que reciben alimentación de la corriente eléctrica.

Como el objetivo de un fusible es proteger el sistema eléctrico, si llega a fallar las consecuencias pueden ser muy graves; se estima que el 70 por ciento de los incendios se producen por fallas eléctricas. Cuando hay un cortocircuito el fusible interrumpe súbitamente la alimentación de corriente eléctrica, pues si el paso de energía continuara el problema se acrecentaría hasta iniciar el fuego.

La conductividad de un fusible depende del eslabón -lámina que se encuentra en el interior del fusible y constituye el elemento protector-, y de las tapas o las «contras» (en los fusibles reforzados) que permiten asegurar la conductividad del dispositivo.

La fabricación adecuada de fusibles se realiza utilizando tapas de latón con un 60 por ciento de cobre y el resto de zinc, lo que permite que el producto tenga una operación aceptable.

Los fusibles «pirata» están fabricados con hierro, material que se deteriora y es un mal conductor de la electricidad, además contribuye al desperdicio de energía eléctrica. Algunos de estos fusibles tienen partes de plástico -específicamente el cilindro del fusible-, que se derrite al producirse un cortocircuito. Además, el eslabón de un fusible debe estar calibrado a 20 amperes y fabricado con un material que soporte altas temperaturas, características que no cumplen los artículos «pirata».

Las irregularidades en los materiales de los fusibles disminuyen su capacidad de interrumpir la corriente eléctrica, por lo que en caso de suscitarse una falla y no suspenderse el suministro de energía eléctrica podría iniciarse un incendio.

Fuente: Entrevista con el ingeniero Víctor Sierra Madrigal, de Aleaciones Sintetizadas de México, S. A de C. V.

¿Consumidos por el ruido?

El mundo del consumo es con frecuencia ruidoso. Muchos de los sitios que visitamos -bares, cines, discotecas, tiendas comerciales...-, así como varios de los bienes que empleamos cotidianamente -el automóvil, tocacintas, teléfono celular, reloj despertador o la televisión- tienen un común denominador: generan sonidos que cuando se emiten a un volumen excesivo se convierten en ruido, propiciando una peligrosa contaminación auditiva de cuyos estragos casi nadie ha escuchado hablar.

¿Qué es el ruido?

Es una presión o vibración de la atmósfera que llega al oído y se percibe a través del tímpano. La intensidad del ruido se calcula midiendo la presión de las vibraciones que se producen en el aire a través de una escala logarítmica (decibeles).

De sonidos a sonidos

De los cinco sentidos que posee el ser humano, dos (la vista y el oído) se denominan «tele-receptores», ya que captan situaciones que ocurren a distancia, pues no es necesario tener algo muy cerca para verlo u oírlo.

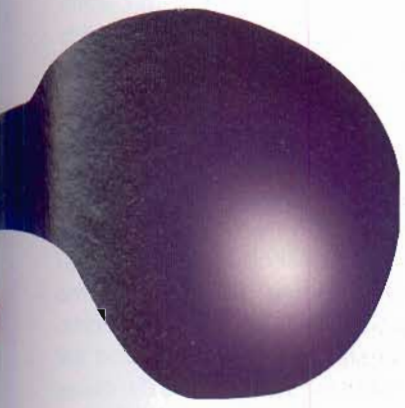
A través de la información acústica que recibe el oído, nos relacionamos con el ambiente de dos formas:

Básica: es la que caracteriza a ciertos lugares; por ejemplo, en un bosque percibimos el canto de los pájaros o el movimiento de las ramas de los árboles.

Avisos y señales: está compuesta por sonidos que poseen una importante carga de información, como el timbre del teléfono, la sirena de una ambulancia o la forma de tocar una puerta.

Pero, ¿qué sucede cuando estamos expuestos indiscriminadamente a diversos ruidos?

El ruido es un movimiento ondulatorio no armónico, desarticulado, incoherente y dispar, que al igual que las bacterias del agua o las partículas tóxicas del aire, produce contaminación. Éste puede provocar dos problemas en la audición: **el trauma acústico** y **el traumatismo sonoro**.



De sonidos a ruido

Los médicos especializados en audición indican que el límite máximo de decibeles recomendable debe ser de 85 para evitar lesiones. A continuación le damos algunos ejemplos del sonido y el ruido que producen diferentes situaciones:

Cantidad de decibeles	Ejemplos de sonidos o ruidos
30 decibeles	Murmullos
50 decibeles	Lluvia al caer, una oficina, el aire acondicionado, el refrigerador
60 decibeles	Lavadora de platos, una máquina de coser, una conversación
70 decibeles	Tráfico intenso, aspiradora de polvo, restaurante ruidoso, secadora de pelo
80 decibeles	El reloj despertador, ruido industrial
90 decibeles	Rasuradora eléctrica, tráfico de camiones, herramientas de taller, motocicletas, el recreo en una escuela, imprenta en operación
100 decibeles	Máquina impresora, camión de basura, sierra de cadena, tocacintas portátil a un volumen muy alto
110 decibeles	Concierto de rock, sierra de poder, discoteca
120 decibeles	Despegue de avión tipo jet, música en discotecas, trueno
130 decibeles	Martillo neumático
140 decibeles	Disparo de escopeta, sirena de ataque aéreo
180 decibeles	Lanzamiento de cohete espacial

Fuente: Revista Consumabien, núm. 18, julio de 1998, Quito, Ecuador.

Aunque el ruido difícilmente produce sordera total, sí puede disminuir la capacidad auditiva; por ejemplo, **el trauma acústico** se produce por la exposición inmoderada al ruido de ambientes como la vía pública, fiestas, cines o bares con música, cuyo volumen auditivo es muy alto, así como por el alto volumen al oír música o al utilizar los reproductores portátiles de cintas -*discman* o *walkman*-, hábito muy perjudicial debido a que el ruido llega directo al oído y los audífonos están casi en contacto con el órgano timpánico (si estos aparatos se utilizan durante muchas horas a más de 85 decibeles, al cabo de unos años causarán una pérdida de audición irreversible).

Por su parte, el **traumatismo sonoro** se produce por situaciones de ruido muy intenso que no provoca el individuo; por ejemplo, cuando estalla un cohete a un metro de distancia de alguien, el traumatismo sonoro será por onda expansiva y causará lesiones al oído interno.

Es importante mencionar que ambos traumatismos pueden ocasionar pérdidas auditivas superficiales o medias (llamadas lesiones hipoacústicas). Asimismo, en caso de trabajar en fábricas automotrices, textiles y laminadoras, entre otras, y no tomar las precauciones necesarias, pueden producirse pérdidas auditivas severas.

El ruido -según médicos especializados en audición-, además de los daños antes mencionados, **también provoca efectos extra auditivos** que aquejan a la mayoría de la población de las grandes ciudades, como cambios en el ritmo cardiaco y respiratorio, aumento en la secreción de jugos gástricos, alteración de la actividad hormonal, así como padecimientos nerviosos, estrés, dolores de cabeza e insomnio.

Estos efectos no están en función de la intensidad del ruido, sino de su presencia y ritmo: una gotera puede ser muy molesta, pero no muy ruidosa.

La contaminación por ruido no deja a nadie sordo, pero sí a muchos con afecciones relacionadas con los efectos extra auditivos.

¡No te oigo!

Seguramente le ha sucedido que después de salir de una discoteca o fiesta, o bien, del cine, tiene la sensación de estar ensordecido o siente un zumbido en los oídos: eso se debe a que -dependiendo de la distancia que la persona tenga respecto de la bocina- el ruido en esos lugares alcanza entre 100 y 120 decibeles, por lo que se produce una pérdida transitoria de la audición (cambio temporal del umbral).

Los jóvenes superan esa sensación rápidamente, pero conforme transcurre el tiempo, lo que se inicia como una alteración momentánea puede convertirse en una lesión cuyos periodos de recuperación son más largos, llegando a pérdidas parciales e irreversibles de la audición, es decir, los cambios temporales de umbral se convierten en cambios permanentes.

Según la NOM-011-STPS-1993, referente a la emisión de ruido, éste debe ser menor a 85 decibeles para que no cause alteraciones extra auditivas. En las grandes ciudades, el establecer límites de velocidad, pedir que se cierre el tubo de escape de los vehículos automotores y colocar árboles en los camellones centrales de las avenidas, tiene como fin evitar o disminuir el ruido.

Evitemos la contaminación por ruido

-Al ver la televisión u oír música, o bien, al graduar el volumen del teléfono, procure que éste no resulte excesivo y manténgase a una distancia adecuada; asimismo evite exceder los tiempos permitidos de exposición a ruidos muy intensos (véase Recuadro 1).

-Los aparatos de sonido o electrodomésticos, como licuadoras, exprimidores eléctricos de jugos, secadoras de cabello, bombas de agua, aspiradoras y taladros, deben utilizarse con moderación, ya que el ruido que producen no causa sordera, pero sí efectos extra auditivos.

-Si trabaja en lugares muy ruidosos deben utilizarse sistemas de aislamiento, como un biombo o una división que disminuya el ruido y la vibración de los aparatos, ya que la pérdida auditiva no sólo se produce por el ruido, sino también por la vibración a la que los trabajadores están expuestos.

-En centros de trabajo con ruido excesivo es recomendable el uso de orejeras, tapones y pantallas que impidan el paso de sonidos que sobrepasen los 85 decibeles recomendados.

Vanessa Prieto

Fuentes: -Entrevista con la doctora Clementina Ramírez, profesora de la Facultad de Ingeniería Ambiental, UAM Azcapotzalco
-Entrevista con el doctor Pedro Berruecos Villalobos, director del Instituto Mexicano de la Audición y el Lenguaje.

Consecuencias ruidosas

Los niños y el aprendizaje

En un estudio denominado «Estado de Medio Ambiente de Francia» se señala que el ruido es el causante del 11 por ciento de los accidentes de trabajo, del 15 por ciento de horas de trabajo perdidas, del 20 por ciento del consumo de tranquilizantes y del 20 por ciento de ingresos en instituciones siquiátricas.

Asimismo, el artículo titulado «Ruido vehicular y maltrato infantil», firmado por el doctor César Burneo, catedrático de la Universidad Católica de Ecuador, señala que el niño que está sometido al ruido del auto puede sufrir daños graves, como la destrucción lenta, pero irreversible, de las células ciliadas, encargadas de convertir los impulsos sonoros en conducción nerviosa para que el cerebro descodifique la información auditiva del sonido como agradable y la del ruido como molesta. Si el nivel de ruido del automotor alcanza 115 decibeles o más, existe la posibilidad de que también se provoque la ruptura de la membrana timpánica de uno o ambos oídos.

Por ejemplo, un motociclista puede sufrir daños en su percepción sobre el entorno auditivo, lo que puede traer como consecuencia un grave accidente de tránsito.

Fuente: Revista Consumabien, núm. 18, julio de 1998, Quito, Ecuador.

Recuadro 1

Tolerancia al ruido en centros de trabajo

Según la NOM-011-STPS-1993, relativa a las «Condiciones de seguridad e higiene en los centros de trabajo donde se genere ruido», los siguientes son los tiempos a los que una persona puede estar expuesta dependiendo de los decibeles existentes:

Decibeles	Tiempo máximo de exposición
90	No más de 8 horas
93	No más de 4 horas
96	No más de 2 horas
99	No más de 1 hora
102	No más de 0.5 horas
105	No más de 0.25 horas

Llantas para automóvil

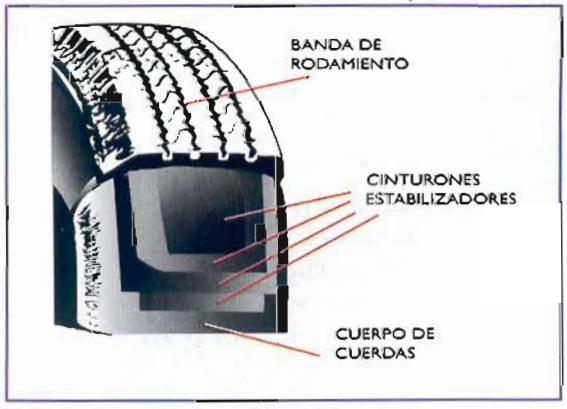
Con la finalidad de proporcionarle recomendaciones prácticas para la compra y el uso de llantas para automóvil, el Laboratorio de Pruebas de PROFECO recopiló información sobre las características, precios y ventajas de las diversas marcas que se comercializan en el mercado nacional.

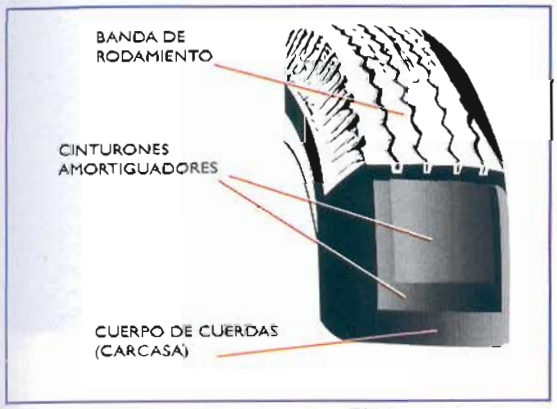
Tipos de llantas

Cuando observamos una llanta neumática sólo podemos apreciar sus características exteriores, como dibujo e impresos laterales. Sin embargo, detrás de su apariencia hay una gran cantidad de materiales, como hule al natural, cuerdas textiles o de acero, y algunos otros que al combinarse le proporcionan a la llanta una mayor resistencia. Existen dos tipos de neumáticos: convencionales y radiales.

Convencional (cuerdas en diagonal). En este tipo de llantas, las capas de cuerdas, que se extienden de ceja a ceja, se colocan en ángulos alternos menores de 90° con respecto a la línea central de la banda de rodamiento del neumático.

Tipo radial





Tipo convencional

Radial. En este caso, las capas de cuerdas, que se extienden de ceja a ceja, se colocan en ángulos de 90° con respecto a la línea central de la banda de rodamiento, con uno o más cinturones estabilizadores.

Nomenclatura o medidas de las llantas

La clave o medida de las llantas es un aspecto técnico que determina la relación ancho y altura; la capacidad de carga máxima permisible para una presión de inflado específica; el tipo de construcción; y el ancho y el diámetro nominal del rin.

La **nomenclatura de las llantas** se clasifica en dos sistemas básicos: el **americano** (por ejemplo, E-R-70-14) y el **europeo** (155-R-15).

Ejemplo de la medida:

P	175	/	70	R	13	82	T
	1		2	3	4	5	6

Cada dígito o letra corresponde a:

1. Indica el ancho nominal de la llanta en milímetros.

2. Se refiere al perfil de la llanta, es decir, la relación porcentual entre la altura y el ancho de sección de la misma. A medida que este número disminuye, el perfil de la llanta será más bajo, por ejemplo, una de serie 60 (195/60R14) tiene un perfil más bajo y una apariencia más ancha que una llanta de la serie 70.

3. Señala que la llanta es de construcción radial.

4. Indica el diámetro interno de la llanta en pulgadas (= diámetro del rin).

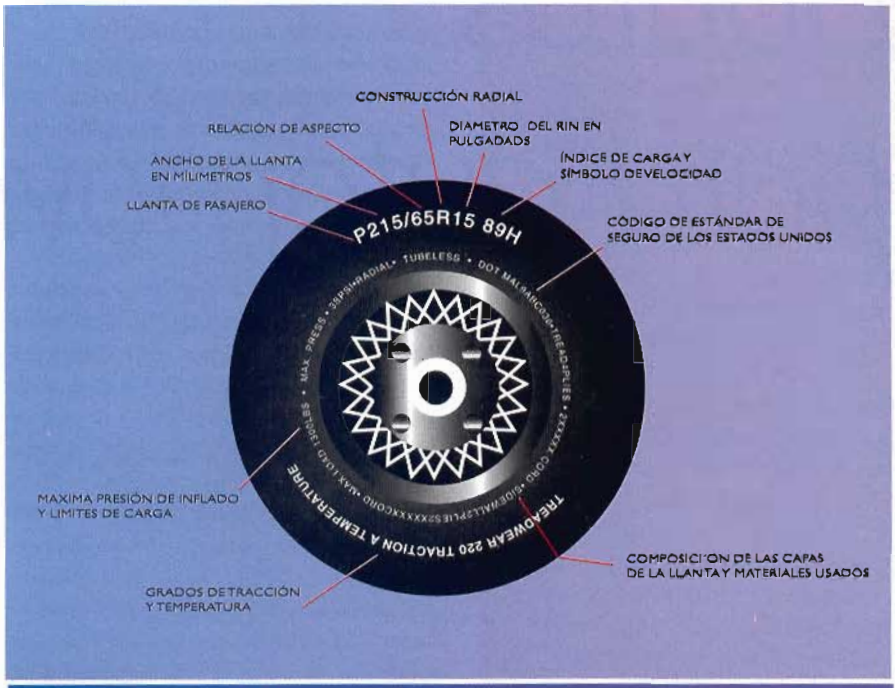
5. Este número se denomina «índice de carga» y se refiere a la capacidad de carga máxima que puede soportar la llanta.

6. La letra T, en este caso específico, determina la velocidad máxima que la llanta puede soportar.

El significado de la clave de identificación de las llantas varía de acuerdo con el país de origen o el fabricante; en el cuadro anexo se incluyen las posibles combinaciones y sus nombres genéricos para una rápida identificación.

¿Qué cuidados requieren las llantas?

Usar diferente medida y tipo de llantas en un automóvil disminuye la estabilidad debido a la diferencia de medida en el diámetro total de la llanta. Además hay desgaste irregular de los neumáticos porque el contacto con el piso no es uniforme.



Clave de identificación de llantas

Clasificación	1	2	3	4	5(*)	6	7	8
	P	215	/60	H	R,B,D	14	91	H

Definiciones

1. Aplicación P Llanta para pasajeros
   T Llanta de uso temporal
2. Ancho de sección
3. Relación altura/ancho
4. Símbolo de velocidad
5. Construcción: R Radial (*)
   B Diagonal cinturada
   D Diagonal
6. Diámetro del rin
7. Índice de carga
8. Símbolo de velocidad

(*) Para construcción radial, el uso de la letra «R» es obligatorio.

Tabla de símbolos de velocidad

Símbolo de velocidad	Categoría de velocidad km/hora
G	90
J	100
K	110
L	120
M	130
N	140
P	150
Q	160
R	170
S	180
T	190
U	200
H	210
V	240
W	270
Y	300
Z	Superior a 240 km/h

Mantener la presión de aire recomendada

La presión de aire inadecuada es el factor que más propicia el desgaste de una llanta y reduce su vida útil.

Baja presión. Produce un desgaste rápido e irregular en la superficie de rodamiento, porque no existe un contacto adecuado entre el pavimento y la llanta, lo cual reduce su durabilidad y aumenta el consumo de combustible.

Alta presión. Altera el área de contacto con el pavimento, ocasionando un desgaste acelerado en el centro del neumático, lo que afecta su rendimiento.

La presión de inflado debe verificarse semanalmente y antes de emprender viajes prolongados.

Se recomienda revisarla cuando las llantas se encuentren a la temperatura ambiente.

Balanceo

El daño más común ocasionado por la falta de balanceo es el desgaste acentuado e irregular en puntos alternados de la superficie de rodamiento.

Además puede existir pérdida de tracción y de estabilidad, dificultad para mantener el vehículo en trayectoria, y desgaste prematuro de los baleros, los amortiguadores y las terminales de la dirección.

Alineación

Cualquier defecto de la alineación ocasionada por impacto, vibración, desviación lateral o desgaste de los componentes de la suspensión, además de afectar el buen funcionamiento del vehículo, desgastará irregular y prematuramente las llantas.

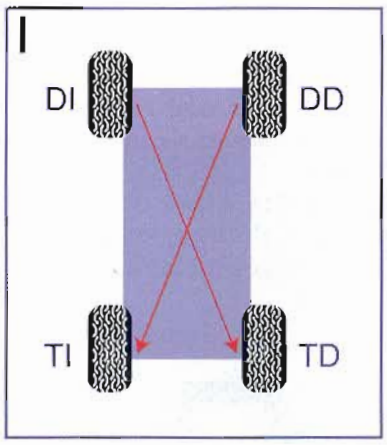
Partes básicas de una llanta

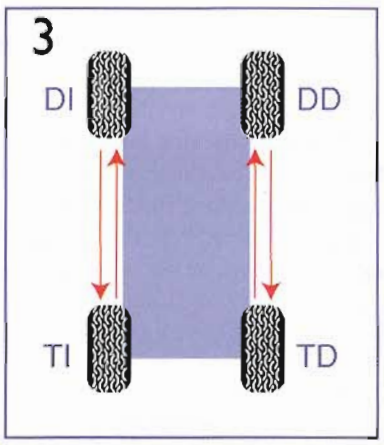
1. **Banda de rodamiento (piso).** Debe estar diseñada para resistir desgaste, tracción, frenado y amortiguamiento elástico.
2. **Costilla.** Es la parte sobresaliente del piso del neumático y proporciona diferentes características de tracción; también suprime los ruidos.
3. **Ranuras.** Espacio entre las costillas adyacentes del diseño del piso, esenciales para el control direccional y para drenar el agua cuando la carretera está mojada.
4. **Costados.** Es la parte que se encuentra entre el piso y la ceja.
5. **Hombros.** Parte superior de los costados que afecta directamente la generación de calor.
6. **Cejas.** Sostienen con firmeza el ensamble sobre el rin.

Rotación periódica

Las llantas delanteras tienden a desgastarse en forma irregular. La distribución del peso y la fuerza impulsora ocasionarán que las llantas posteriores se desgasten más rápidamente que las delanteras.

Por lo anterior es necesario rotarlas cada 10 mil kilómetros.



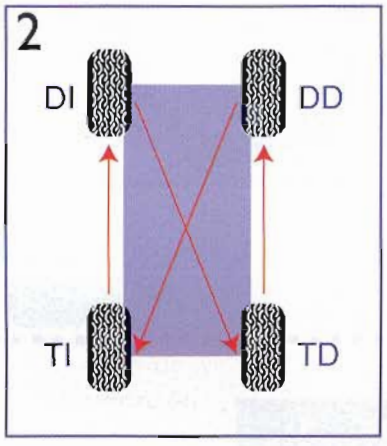


Comparativo

Los cuadros comparativos que se presentan a continuación le servirán como referencia para la elección de los neumáticos; es importante tomar en cuenta que además de las que se mencionan en este estudio, existe una gran variedad de series y medidas que usted puede elegir dependiendo del uso al que destine su vehículo.

Los precios promedio se indican únicamente como referencia, no incluyen ofertas o descuentos especiales.

La durabilidad de los neumáticos depende del uso y los cuidados que usted les dé. Considere que las condiciones extremas de calor o de frío, la terracería, la presión de inflado, la forma de conducir el vehículo y la sobrecarga determinarán la vida útil de las llantas de su automóvil.



Para que su forma de conducir no acabe con las llantas

Los malos hábitos al conducir afectan la durabilidad y el buen funcionamiento de las llantas. El desgaste prematuro o las alteraciones en la resistencia habitual de los neumáticos se deben a: manejar a altas velocidades, usar los frenos con demasiada frecuencia, patinar las llantas traseras o las delanteras, o bien, impactarse sobre obstáculos.

Para aumentar el rendimiento de las llantas le sugerimos:

-Evitar «arrancones» o frenar bruscamente.

-Esquivar baches y obstáculos.

-Disminuir la velocidad en caminos mal pavimentados.

-Reducir la velocidad al virar.

Recomendaciones de compra

1. En materia de llantas, el fabricante o el distribuidor debe otorgarle garantía por escrito.
2. Si piensa sustituir las llantas de su vehículo procure comprar las cuatro nuevas y de la misma marca, con el fin de obtener mayor seguridad y estabilidad en los cuatro puntos de apoyo del auto. Se recomienda adquirir los neumáticos en establecimientos autorizados.
3. Asegúrese de que los neumáticos que va a adquirir corresponden a la medida recomendada por el fabricante del automóvil.
4. Evite usar llantas de tamaño o construcción diferente en un mismo vehículo.
5. Pregunte por las características de construcción y funcionalidad del producto.
6. Compare precios ya que los costos de los neumáticos varían notablemente.

Volkswagen Sedán, Atlantic, Caribe, Jetta, Golf, Derby y Pointer

Serie: P185/60 R14 (comúnmente para Atlantic, Caribe y Jetta)

Marca	Modelo	País de origen	Periodo de garantía	Ventajas	Precio ($)
BF Goodrich	Touring	México	70,000 km	Llanta de seccion ancha y perfil bajo. La sección ancha mejora la capacidad de tracción y frenado del vehiculo, elevando su estabilidad en carretera.	610.00
BF Goodrich	Comp.	México	70,000 km		821.00
Continental	XP-2000	México	De por vida*		480.00
Continental	XP-200 H4	E. U.	De por vida*		696.90
Euzkadi	Euro Tech	México	9 meses		687.00
Firestone	F-660	México	85,000 km		539.35
Firestone	GTA	México	85,000 km		631.35
Firestone	Fire Hawk	México	85,000 km		538.00
Firestone	Fire Hawk 660	México	85,000 km		539.35
General Tire	Kumho	Corea	1 año		365.00
Good Year	Eagle NCT-2	México	91,000 km		860.00
Michelin	MX-V4 Energy	E. U.	110,000 km		844.00
Uniroyal	Tiger Paw GTH4	México	85,000 km		635.00

(*) Únicamente por defectos de fabricación.

Serie: 175/70 R13 (comúnmente para Atlantic, Caribe, Derby, Pointer, Jetta y Golf)

Marca	Modelo	País de origen	Periodo de garantía	Ventajas	Precio ($)
BF Goodrich	Radial	México	70,000 km	Llanta de sección media y perfil medio. La sección media permite buena maniobrabilidad en la ciudad, así como buena capacidad de tracción y de frenado del vehículo; el tipo de perfil proporciona buen amortiguamiento.	463.00
BF Goodrich	Touring	México	70,000 km		398.00
Continental	CT-24	México	9 meses		302.00
Euzkadi	Clásica	México	9 meses		377.00
Euzkadi	Sport -Drive	México	9 meses		361.00
Euzkadi	Nueva Generación	México	9 meses		406.00
Firestone	Potenza Re-900	México	111,000 km		389.85
Firestone	Turissimo	México	85,000 km		282.93
Firestone	F-570	México	101,000 km		339.30
General Tire	XP-2000	México	9 meses		285.00
Good Year	GP-900	México	91,000 km		448.00
Good Year	GPS-2	México	111,000 km		558.00
Michelin	X-One	E. U.	6 años		590.00

Volkswagen Sedán, Atlantic, Caribe, Jetta, Golf, Derby y Pointer

Serie: 175/70 R13 (comúnmente para Atlantic, Caribe, Derby, Pointer, Jetta y Golf) (continuación)

Marca	Modelo	País de origen	Periodo de garantía	Ventajas	Precio ($)
Michelin	XH4	E.U.	110,000 km	Llanta de sección media y perfil medio. La sección media permite buena maniobrabilidad en la ciudad, así como buena capacidad de tracción y de frenado del vehículo; el tipo de perfil proporciona buen amortiguamiento.	548.00
Tornel	Direccional	México	9 meses		290.00
Tornel	Deportiva	México	9 meses		290.00
Uniroyal	Tiger Paw	México	85,000 km		349.00

Serie: P155/80 R15 (comúnmente para VW Sedán)

Marca	Modelo	País de origen	Periodo de garantía	Ventajas	Precio ($)
BF Goodrich	Advantage	México	70,000 km	Llanta de sección angosta y perfil alto. La sección angosta mejora la maniobrabilidad en la ciudad e incrementa el ahorro de combustible; el perfil alto incrementa la altura del vehículo dándole mayor amortiguamiento.	343.00
Continental	XP-2000	México	9 meses		240.00
Euzkadi	GT-Acero	México	9 meses		288.00
Euzkadi	Sport-Drive	México	9 meses		292.00
Euzkadi	Panter	México	9 meses		275.00
Firestone	F-570	México	101,000 km		304.77
Firestone	Turissimo	México	85,000 km		287.50
Good Year	GP-900	México	91,000 km		394.00
Good Year	Grand Prix GPS-2	México	11,000 km		434.00
Michelin	MX	E.U.	110,000 km		408.00
Tornel	Direccional	México	9 meses		275.00
Uniroyal	Tiger Paw AWP	México	85,000 km		297.85
General Tire	Lemans	México	1 año		245.00

Recomendaciones de uso

1. Las llantas excesivamente gastadas, dañadas, o con mucha o poca presión de inflado representan un peligro.

2. El rendimiento de una llanta se puede aumentar de un 10 a un 25 por ciento si le proporciona los cuidados necesarios.

3. Si los amortiguadores están en malas condiciones, reemplácelos cuando compre llantas nuevas.

4. Asegúrese de que al colocar sus llantas recién adquiridas les proporcionen el servicio de alineación y balanceo.

5. No es recomendable comprar llantas renovadas o de medio uso porque son más susceptibles a reventones.

6. Las llantas lisas ponen en riesgo su seguridad y las consecuencias pueden ser:

a) Mayor riesgo de que la llanta estalle.

b) Inestabilidad del vehículo en autopistas mojadas.

c) Aumento de la posibilidad de derrapar, sobre todo en curvas.

d) El vehículo necesita mayor distancia para realizar un frenado seguro.

Sentra, Luccino, Nissan GL1 y GL2, Tsuru I y II, y Datsun

Serie: P205/60 R13 (comúnmente para Tsuru I y II, Nissan GL1 y GL2, Datsun y Sentra)

Marca	Modelo	País de origen	Periodo de garantía	Ventajas	Precio ($)
BF Goodrich	Comp.	México	70,000 km	Llanta de sección ancha y perfil bajo. La sección baja mejora la capacidad de tracción y de frenado, aumentando así la maniobrabilidad al cambiar de carril; este tipo de llantas -cuando presentan cualquier literal del tipo U, H, V o Z es recomendable para altas velocidades.	746.00
BF Goodrich	Radial	México	70,000 km		633.00
Euzkadi	Euro-Tech	México	9 meses		604.00
Firestone	F-660	México	85,000 km		539.42
Firestone	Turissimo	México	85,000 km		491.05
General Tire	XP-2000	Corea	9 meses		490.00
Good Year	Eagle NCT-2	México	90,000 km		777.00
Tornel	Direccional	México	De por vida*		426.00
Tornel	Deportiva	México	De por vida*		426.00
Uniroyal	Rallye HR	México	60,000 km - 9 meses		566.00

Serie: P175/70 R13 (comúnmente para Tsuru I y II, Nissan GL1 y GL2, y Sentra)

Marca	Modelo	País de origen	Periodo de garantía	Ventajas	Precio ($)
BF Goodrich	Radial	México	70,000 km	Llanta de seccion media y perfil medio. Esta construcción presenta buena maniobrabilidad en la ciudad, así como buena capacidad de tracción y de frenado del vehículo; su perfil medio ofrece buena amortiguación.	463.00
BF Goodrich	Touring	México	70,000 km		398.00
Continental	CT-24	México	9 meses		302.00
Euzkadi	Clásica	México	9 meses		377.00
Euzkadi	Sport-Drive	México	9 meses		361.00
Euzkadi	Nueva Generación	México	9 meses		406.00
Euzkadi	Sport Drive	México	Sin límite		400.20
Firestone	Potenza Re-900	México	11,000 km		389.85
Firestone	Turissimo	México	85,000 km		282.93
Firestone	F-570	México	101,000 km		339.30
General Tire	XP-2000	México	9 meses		285.00
Good Year	GP-900	México	91,000 km		488.00
Good Year	GPS-2	México	111,000 km		488.00
Michelin	X-ONE	E.U.	6 años		590.00
Michelin	XH4	E.U.	110,000 km		548.00
Tornel	Direccional	México	De por vida*		290.00
Tornel	Deportiva	México	De por vida*		290.00
Uniroyal	Tiger Paw Awp	México	85,000 km		349.00

(*) Únicamente por defectos de fabricación.

Sentra, Luccino, Nissan GL1 y GL2, Tsuru I y II, y Datsun

Serie: P165/80 R13 comúnmente para Tsuru I y II, Nissan GL1 y GL2, Datsun

Marca	Modelo	País de origen	Periodo de garantía	Ventajas	Precio ($)
Euzkadi	Sport-Drive	México	9 meses	Llanta de sección angosta y perfil alto. Por su sección angosta permite un incremento del ahorro de combustible, mejora la maniobrabilidad en la ciudad, debido al tipo de perfil le da mayor amortiguación al vehículo e incrementa su altura.	285.00
Firestone	F-570	México	101,000 km		346.15
General Tire	Lemans	México	1 año		260.00
Good Year	GP-900	México	91,000 km - 5 años		419.00
Good Year	GPS-2	México	111,000 km		462.00
Uniroyal	Liberator	México	9 meses		235.75
Michelin	MX4	E.U.	De por vida*		500.00
Tornel	Direccional	México	De por vida*		252.00

(*) Unicamente por defectos de fabricación.

Cavalier, Chevy, Cutlass, Celebrity y Century

Serie: P215/60 R14 (comúnmente para Cutlass, Cavalier, Celebrity y Century)

Marca	Modelo	País de origen	Periodo de garantía	Ventajas	Precio ($)
BF Goodrich	Comp.	México	70,000 km	Llanta de seccion ancha y perfil bajo La sección ancha incrementa la capacidad de traccion y de frenado, al igual que la estabilidad al conducir en carretera, y mejora la maniobrabilidad al cambio de carriles. El perfil bajo le da la apariencia de ser una llanta más ancha	890.00
BF Goodrich	Radial	México	70,000 km		749.52
Continental	XP-2000 H4	E. U.	9 meses		583.00
Euzkadi	Euro Tech	México	9 meses		733.00
Firestone	F-660	México	85,000 km		647.85
Firestone	GTA	México	85,000 km		746.35
Firestone	Turissimo	México	85,000 km		608.35
Good Year	Eagle NCT-2	México	90,000 km		1,069.00
Good Year	Eagle NCT-2 Bca.	México	90,000 km		1,102.00
General Tire	Kumho	Corea	9 meses		495.00
Michelin	XGTH-4	E. U.	De por vida*		1,149.00
Tornel	Deportiva	México	De por vida*		500.00
Uniroyal	Tiger Paw GTS	México	85,000 km		598.00

(*) Unicamente por defectos de fabricación.

Cavalier, Chevy, Cutlass, Celebrity y Century

Serie: P205/70 R14 (comúnmente para Cavalier, Cutlass, Celebrity y Century)

Marca	Modelo	País de origen	Periodo de garantía	Ventajas	Precio ($)
BF Goodrich	Radial	México	70,000 km	Llanta de sección ancha y perfil medio. La sección ancha ofrece buena capacidad de tracción y de frenado, mejorando además la estabilidad y la maniobrabilidad al conducir en carretera. El perfil medio proporciona buena amortiguación	645.00
BF Goodrich	Touring	México	70,000 km		574.00
Continental	XP-2000	México	9 meses		443.00
Euzkadi	Clásica RT	México	9 meses		570.00
Euzkadi	Sport-Drive	México	9 meses		509.00
General Tire	Pride	México	1 año		450.00
Good Year	GP-900	México	90,000 km		654.00
Good Year	GPS-2	México	111,000 km		743.00
Michelin	Energy MXV4	E. U.	110,000 km		1,052.00
Michelin	Rainforce MX4	E. U.	110,000 km		705.00
Tornel	Direccional	México	Sin límite		453.00
Uniroyal	Nueva Rallye GTS	México	9 meses		486.00

Serie: P195/70 R14 (comúnmente para Cavalier y Cutlass)

Marca	Modelo	País de origen	Periodo de garantía	Ventajas	Precio ($)
Euzkadi	Sport-Drive	México	9 meses	Llanta de sección ancha y perfil medio. La sección ancha mejora la capacidad de tracción y frenado del vehículo, mejorando su estabilidad en carretera, el perfil medio ofrece una buena capacidad de amortiguación.	489.00
Firestone	F-570	México	101,000 km		493.35
General Tire	XP-2000	México	1 año		380.00
Good Year	Invicta GL	México	9 meses		581.00
Michelin	X-One	E. U.	6 años		755.00
Uniroyal	Tiger Paw	México	85,000 km		495.00

Serie: P195/60 R14 comúnmente para Cavalier, Cutlass, Celebrity y Century

Marca	Modelo	País de origen	Periodo de garantía	Ventajas	Precio ($)
Firestone	Fire Hawk 660	México	85,000 km	Llanta de sección ancha y perfil bajo. Este tipo de sección mejora la capacidad de tracción y de frenado del vehículo, optimiza la potencia del motor y mejora la maniobrabilidad en la ciudad. El perfil bajo le da la apariencia de ser una llanta ancha.	585.35
General Tire	Kumho	Corea	1 año		430.00
Good Year	Eagle GA	México	9 meses		908.00

Cavalier, Chevy, Cutlass, Celebrity y Century

Serie: P175/70 R13 (comúnmente para Chevy)

Marca	Modelo	País de origen	Periodo de garantía	Ventajas	Precio ($)
Euzkadi	Sport-Drive	México	9 meses	Llanta de sección media y perfil medio. Esta construcción permite buena maniobrabilidad en la ciudad, así como buena capacidad de tracción y de frenado; su perfil medio ofrece buena amortiguación.	361.10
Firestone	Turissimo	México	85,000 km		282.93
General Tire	XP-2000	México	1 año		285.00
Good Year	GPS-2	México	111,000 km		488.00
Tornel	Deportiva	México	De por vida*		290.00

Serie: P155/80 R13 (comúnmente para Chevy)

Marca	Modelo	País de origen	Periodo de garantía	Ventajas	Precio ($)
BF Goodrich	Life-Saver	México	9 meses	Llanta de sección angosta y perfil alto. La sección angosta mejora la maniobrabilidad en la ciudad e incrementa el ahorro de combustible; por su perfil alto se incrementa la altura del vehículo y le da mayor amortiguación.	340.37
Euzkadi	Acero	México	9 meses		261.00
Euzkadi	Sport-Drive	México	9 meses		338.56
Firestone	F-570	México	101,000 km		295.58
Firestone	Turissimo	México	85,000 km		241.52
General Tire	Lemans	México	1 año		220.00
Good Year	GPS-2	México	111,000 km		385.00
Good Year	GPS-900	México	91,000 km		349.00
Michelin	MX4	E.U.	De por vida*		466.00
Tornel	Direccional	México	De por vida*		249.00
Uniroyal	Tiger Paw	México	85,000 km		274.85

(*) Únicamente por defectos de fabricación.

Topaz, Thunderbird, Cougar, Mystique, Ghia y Escort

Serie: 255/60 HR15 (comúnmente para Thunderbird y Cougar)

Marca	Modelo	País de origen	Periodo de garantía	Ventajas	Precio ($)
BF Goodrich	Radial	México	70,000 km	Llanta de sección ancha y perfil bajo. La sección ancha incrementa considerablemente la capacidad de tracción y de frenado, lo que brinda una excelente estabilidad al conducir en carretera y mejora la maniobrabilidad; estas llantas son recomendables para altas velocidades cuando presentan cualquier literal U, H, V o Z.	989.00
Euzkadi	Sport-Drive	México	9 meses		1,239.00
Firestone	Fire Hawk SS	México	85,000 km		1,063.60
General Tire	XP-200	Alemania	9 meses		844.00
Good Year	Eagle GT+4	México	90,000 km		1,254.00
Tornel	Direccional	México	Sin límite		616.00
Uniroyal	Tiger Paw GTS	México	85,000 km		730.00

Topaz, Thunderbird, Cougar, Mystique, Ghia y Escort

Serie: P215/70 R15 (comúnmente para Thunderbird y Cougar)

Marca	Modelo	País de origen	Periodo de garantía	Ventajas	Precio ($)
BF Goodrich	Radial	México	70,000 km	Llanta de sección ancha y perfil medio. La sección ancha mejora la capacidad de tracción y de frenado del vehículo, dándole buena estabilidad, presenta mayor comodidad; por tener un perfil medio mejora el amortiguamiento.	813.00
Euzkadi	Sport-Drive	México	9 meses		850.00
Firestone	Bristone SF-370	Japón	95,000 km		1,308.75
Good Year	Eagle GT+4	México	60,000 km		773.00
Michelin	Rainforce MX4	E. U.	110,000 km		885.00
Tornel	Astral	México	Sin límite		575.00
Uniroyal	Tiger Paw	México	85,000 km		655.00

Serie: P205/70 R14 (comúnmente para Thunderbird y Cougar)

Marca	Modelo	País de origen	Periodo de garantía	Ventajas	Precio ($)
BF Goodrich	Radial	México	70,000 km	Llanta de sección ancha y perfil medio. Este tipo de sección mejora la capacidad de tracción y de frenado del vehículo, dándole buena estabilidad; el perfil medio ofrece mayor comodidad y amortiguamiento.	645.00
BF Goodrich	Touring	México	70,000 km		574.00
Euzkadi	Clásica RT	México	9 meses		570.00
Euzkadi	Sport-Drive	México	9 meses		509.00
General Tire	Pride	México	1 año		450.00
Good Year	GP-900	México	90,000 km		654.00
Good Year	GPS-2	México	111,000 km		743.00
Michelin	Energy MXV4	E. U.	110,000 km		1,052.00
Tornel	Direccional	México	Sin límite		453.00
Uniroyal	Tiger Paw	México	85,000 km		505.00
Firestone	Bridgestone SF-370	Japón	111,000 km		586.50

Serie: P195/70 R14 Comúnmente para Ghia, Mystique, Escort y Topaz

Marca	Modelo	País de origen	Periodo de garantía	Ventajas	Precio ($)
BF Goodrich	Radial	México	70,000 km	Llanta de sección ancha y perfil medio Este tipo de sección incrementa la eficiencia del combustible, optimiza la potencia del motor y mejora la maniobrabilidad en la ciudad; el perfil de tipo medio ofrece buen amortiguamiento.	617.00
BF Goodrich	Touring	México	70,000 km		563.00
Euzkadi	Sport-Drive	México	9 meses		489.00
Firestone	F-570	México	101,000 km		493.35
General Tire	Kumho	Corea	9 meses		380.00
Good Year	Invicta GL	México	9 meses		581.00
Michelin	X-One	E. U.	6 años		755.00

Topaz, Thunderbird, Cougar, Mystique, Ghia y Escort

Serie: P195/70 R14 (comúnmente para Ghia, Mystique, Escort y Topaz) (continuación)

Marca	Modelo	Pais de origen	Periodo de garantia	Ventajas	Precio ($)
Michelin	Rainforce MX4	E.U.	9 meses	Llanta de sección ancha y perfil medio. Este tipo de sección incrementa la eficiencia del combustible, optimiza la potencia del motor y mejora la maniobrabilidad en la ciudad; al presentar un perfil de tipo medio ofrece buen amortiguamiento	679.17
Uniroyal	Rallye GTS	México	85,000 km		470.00
Uniroyal	Tiger Paw	México	85,000 km		495.00

Serie: P195/60 R14 (comúnmente para Ghia, Mystique, Escort y Topaz)

Marca	Modelo	Pais de origen	Periodo de garantia	Ventajas	Precio ($)
BF Goodrich	Radial	México	70,000 km	Llanta de sección ancha y perfil bajo Este tipo de sección presenta buena capacidad de tracción y de frenado del vehículo, dándole buena estabilidad al conducir en carretera y mejorando la maniobrabilidad al cambiar de carril.	692.00
BF Goodrich	Comp.	México	70,000 km		861.00
BF Goodrich	Touring	México	70,000 km		681.00
Continental	Contitral	Alemania	9 meses		533.00
Euzkadi	Euro Tech	México	9 meses		733.00
Firestone	Fire Hawk 660	México	85,000 km		585.35
Good Year	Eagle GA	México	9 meses		908.00
Good Year	Eagle NCT-2	México	90,000 km		950.00
General Tire	Kumho	Corea	1 año		430.00
Michelin	MXV4 Energy	E.U.	6 años		910.00
Michelin	X-One	E.U.	6 años - km limitado		835.00
Tornel	HR	México	9 meses		477.00
Uniroyal	Tiger Paw GTH4	México	85,000 km		654.00
Uniroyal	Tiger Paw	México	100,000 km		610.00

Serie: P185/60 HR14 (comúnmente para Topaz)

Marca	Modelo	Pais de origen	Periodo de garantia	Ventajas	Precio ($)
BF Goodrich	Touring	México	70,000 km	Llanta de sección ancha y perfil bajo. La sección ancha mejora la capacidad de tracción y de frenado del vehículo, mejorando también su estabilidad en carretera	610.00
BF Goodrich	Comp.	México	70,000 km		821.00
Continental	XP-200	México	De por vida*		480.00
Euzkadi	Euro Tech	México	9 meses		687.00
Firestone	F-660	México	85,000 km		539.35

(*) Únicamente por defectos de fabricación.

Topaz, Thunderbird, Cougar, Mystique, Ghia y Escort

Serie: P185/60 HR14 (comúnmente para Topaz) (continuación)

Marca	Modelo	País de origen	Periodo de garantía	Ventajas	Precio ($)
General Tire	Kumho	Corea	1 año	Llanta de sección ancha y perfil bajo. La sección ancha mejora la capacidad de tracción y de frenado del vehículo, mejorando también su estabilidad en carretera.	365.00
Good Year	Eagle NCT2	México	91,000 km		860.00
Michelin	X-One	E. U.	6 años - km ilimitado		795.00
Uniroyal	Tiger Paw GTH4	México	85,000 km		635.00

Stratus, Neón, New Yorker, Spirit, Shadow, Volare K y Dart K

Serie: P215/70 R14 comúnmente para Dart K, Volare K, Shadow, New Yorker y Neón

Marca	Modelo	País de origen	Periodo de garantía	Ventajas	Precio ($)
General Tire	XP-2000	México	1 año	Llanta de sección ancha y perfil medio. La sección ancha mejora la capacidad de tracción y de frenado del vehículo, dándole buena estabilidad; por su perfil medio ofrece mayor comodidad y mejor capacidad de amortiguamiento .	599.00
Tornel	Direccional	México	De por vida		472.00

Serie: P215/60 HR14 (comúnmente para Dart K, Volare K, Shadow, Spirit y Neón)

Marca	Modelo	País de origen	Periodo de garantía	Ventajas	Precio ($)
BF Goodrich	Comp.	México	70,000 km	Llanta de sección ancha y perfil bajo. La sección ancha mejora la capacidad de tracción y de frenado, incrementa la estabilidad al conducir en carretera y la maniobrabilidad al cambiar de carril. El perfil bajo le da la apariencia de ser una llanta más ancha.	890.00
BF Goodrich	Radial	México	70,000 km		749.52
Euzkadi	Euro Tech	México	9 meses		733.00
Firestone	F-660	México	85,000 km		647.85
Firestone	GTA	México	85,000 km		746.35
Firestone	Turissimo	México	85,000 km		608.35
Good Year	Eagle NCT-2	México	90,000 km		1,069.00
Good Year	Eagle NCT-2 Blanca	México	90,000 km		1,102.00
General Tire	Kumho	Corea	9 meses		495.00
Michelin	XGTH-4	E.U.	De por vida		1,149.00
Tornel	Deportiva	México	De por vida		500.00
Uniroyal	Tiger Paw GTS	México	85,000 km		598.00

Stratus, Neón, New Yorker, Spirit, Shadow, Volare K y Dart K

Serie: P205/70 R14 (comúnmente para Dart K, Volare K, Shadow, New Yorker y Neón)

Marca	Modelo	País de origen	Periodo de garantía	Ventajas	Precio ($)
BF Goodrich	Radial	México	70,000 km	Llanta de sección ancha y perfil medio. La sección ancha mejora la capacidad de tracción y de frenado del vehículo, dándole buena estabilidad; por presentar un perfil medio proporciona mayor comodidad y amortiguamiento.	645.00
BF Goodrich	Touring	México	70,000 km		574.00
Continental	XP-2000	México	9 meses		443.00
Euzkadi	Clásica RT	México	9 meses		570.00
Euzkadi	Sport-Drive	México	9 meses		509.00
Firestone	Bridgestone F-570	México	111,000 km		586.50
General Tire	XP-2000	México	9 meses		395.00
Good Year	GP-900	México	90,000 km		654.00
Good Year	GPS-2	México	111,000 km		743.00
Michelin	Energy MXV4	E. U.	110.000 km		1,052
Michelin	Rain Force MX4	E. U.	110,000 km		705.00
Tornel	Direccional	México	Sin límite		453.00
Uniroyal	Nueva Rallye G75	México	9 meses		486.00

Serie: P195/70 R14 (comúnmente para Dart K, Volare K, Shadow, New Yorker y Neón)

Marca	Modelo	País de origen	Periodo de garantía	Ventajas	Precio ($)
BF Goodrich	Radial	México	70,000 km	Llanta de sección ancha y perfil medio. La sección ancha incrementa el consumo de combustible, optimiza la potencia del motor y mejora la maniobrabilidad en la ciudad; debido al perfil medio ofrece buen amortiguamiento.	617.00
BF Goodrich	Touring	México	70,000 km		563.00
Euzkadi	Sport-Drive	México	9 meses		489.00
General Tire	Kumho	Corea	9 meses		380.00
Good Year	Invicta GL	México	9 meses		581.00
Michelin	X-One	E. U.	6 años		755.00
Uniroyal	Tiger Paw	México	85,000 km		495.00
Uniroyal	Rallye GTS	México	85,000 km		470.00

Serie: P185/70 R14 (comúnmente para Dart K, Volare K, Shadow, Spirit y Neón)

Marca	Modelo	País de origen	Periodo de garantía	Ventajas	Precio ($)
BF Goodrich	Radial	México	70,000 km	Llanta de sección ancha y perfil medio. La sección ancha le proporciona al vehículo buena capacidad de tracción y de frenado, dándole estabilidad al conductor en carretera.	595.00
Euzkadi	Sport-Drive	México	9 meses		517.00
Firestone	Turissimo	México	85,000 km		410.58
General Tire	XP-2000	México	1 año		385.00

Stratus, Neón, New Yorker, Spirit, Shadow, Volare K y Dart K

Serie: P185/70 R14 (comúnmente para Dart K, Volare K, Shadow, Spirit y Neón) (continuación)

Marca	Modelo	País de origen	Periodo de garantía	Ventajas	Precio ($)
Good Year	GPS 2	México	9 meses	Llanta de sección ancha y perfil medio La sección ancha le proporciona al vehículo buena capacidad de tracción y de frenado, dándole estabilidad al conductor en carretera.	601.00
Michelin	X-One	E. U.	6 años		870.00
Tornel	Deportiva	México	Sin límite		490.00
Uniroyal	Tiger Paw	México	85,000 km		483.00

Honda Civic

Serie: P185/65 R14 (comúnmente para modelos Ex-R Coupe, Ex-R-Sedán)

Marca	Modelo	País de origen	Periodo de garantía	Ventajas	Precio ($)
Euzkadi	Sport-Drive	México	De por vida	-Suavidad en el manejo. -Buena maniobrabilidad y estabilidad. -Baja generación de ruido. -Buena tracción en piso seco o húmedo.	520.00
Uniroyal	Tiger Paw	México	85,000 km		450.00
Michelin	X- One	E. U.	6 años		724.00
Firestone	FR-680	México	9 meses		438.50
Good Year	Invicta	México	90,000 km		521.00
Good Year	Eagle GA	México	90,000 km		615.00

Honda Accord

Serie: P195/65 R15 (comúnmente para modelos Sedán EX, EX-R)

Marca	Modelo	País de origen	Periodo de garantía	Ventajas	Precio ($)
Michelin	MXV4 - Energy	E. U.	110,000 km	-Area de contacto más amplia, minimiza el hidroplaneo. -Confort y suavidad al manejar. -Estabilidad en altas velocidades.	1,164.00
Firestone	F-580	México	9 meses		724.00
Good Year	X-One	México	90,000 km		820.00

Serie: P205/65 R15 (comúnmente para modelos Sedán EX V6, EX-R, V6)

Marca	Modelo	País de origen	Periodo de garantía	Ventajas	Precio ($)
Michelin	X- ONE	E. U.	6 años	-Mayor agarre en superficie deslizante, minimiza el hidroplaneo. -Baja generación de ruido -Suave en el manejo -Estabilidad en altas velocidades. -Excelente tracción en piso seco o mojado.	997.00
Uniroyal	Tiger Paw- Touring	México	100,000 km		610.50
Firestone	Turanza	México	9 meses		1,299.00
Good Year	Eagle GT +4	México	90,000 km		866.00

Los colibríes, colorido vuelo sobre los jardines

Por Marieleno Hoyo Bastien

Entre las aves más pequeñas del mundo destacan notablemente los colibríes: no hay persona que no se maraville ante esa gama de brillantes colores danzando en el cielo o al posarse, a través del típico vuelo que logra por la inusual estructura de sus alas, sobre las flores o en los comederos artificiales que hoy en día abundan en las casas de las ciudades, donde los colibríes forman parte del paisaje.

El gran interés que despiertan estos pájaros fue precisamente lo que me motivó a seleccionarlos como la especie del mes, pues el futuro de estas coloridas criaturas depende en gran medida de la humanidad, y consiste simplemente en conservar las flores que tanto les gustan y los árboles que requieren como hogar y para hacer sus nidos.

Especies, tallas, colores y picos

Estas aves de plumaje de color esmeralda, rubí, topacio o magenta, en tonos metálicos, están divididas en 338 especies aproximadamente, de las cuales el ejemplar más pequeño es el conocido como colibrí cubano o «abeja», que mide tan sólo cinco centímetros de longitud y pesa apenas dos gramos, y el más grande es el colibrí gigante, residente sudamericano que alcanza una longitud de 20 centímetros.

Asimismo, el tamaño del pico de los también conocidos como «chupamirtos» es muy variable, y depende de las flores de su hábitat natural; esta característica permite distinguirlos inmediatamente de otras aves, e identificar a cada especie con mucha rapidez. Así, hay colibríes con picos notoriamente curvados, y otros con una franca línea recta en esa parte de su anatomía.

Se afirma que usualmente el largo del pico es mayor que el que correspondería al tamaño de su cabeza, y que el de los machos es más pequeño que el de las hembras; la medida más grande que se conoce es la del colibrí «pico de espada», que tiene diez centímetros de longitud, contra los 5/16avos de pulgada que presenta un colibrí púrpura.

Además, aunque el 80 por ciento de los «chupamirtos» tiene el pico de color negro, también hay especies que lo tienen rojo, amarillo o combinado. Cabe señalar que a través del pico se puede conocer la edad aproximada de estos animales.

Grandes comedores en pequeños cuerpos

A pesar de su tamañito, estas aves comen constantemente, debido a que necesitan recuperar la energía que gastan al moverse con tanta rapidez.

En promedio, los colibríes consumen, solamente de azúcar, la mitad de su peso cada día, lo que en un ser humano equivaldría a comer casi 130 kilos de carne molida diariamente.

Para cubrir lo anterior, estas avecillas comen de cinco a ocho veces cada hora, permaneciendo en consumo de 30 a 60 segundos cada vez, ya que de acuerdo con los investigadores pueden permanecer batiendo las alas, dependiendo del tamaño de las mismas, hasta 78 veces por segundo durante un vuelo regular, o subir la cifra a 200 veces cuando, por ejemplo, realizan desplazamientos nupciales.

De igual forma, su corazón -que en proporción a su talla parece ser el más grande de todas las aves- late mil 260 veces por minuto y, en reposo, mantiene una respiración de 250 veces durante el mismo lapso.

Pero ¿qué hay de cierto acerca de que los colibríes prefieren las flores de color rojo? En realidad ellos buscan y consumen todo tipo de flores, pero los investigadores han encontrado que las coloraditas, sobre todo las de forma tubular, producen más néctar; de ahí que se haya elegido el color rojo para los comederos artificiales, así como la costumbre de ponerle colorante al líquido que se les ofrece en dichos artefactos.

Alimentación artificial

Una vez tomada la decisión de colocar un comedero artificial se presenta la duda de con qué y cómo llenarlo para que los colibríes lo frecuenten, por lo que enseguida me voy a permitir proporcionales una sencillísima receta para preparar en casa:

En un recipiente limpio de vidrio mezclar una parte de azúcar, preferentemente morena, con cuatro partes de agua previamente hervida durante uno o dos minutos. Batir a punto de solución saturada, es decir, hasta que desaparezcan los granitos del edulcorante, y dejar que el preparado se enfríe para vaciar al recipiente.

Las primeras veces se podrá recurrir al colorante rojo artificial para consumo humano, a fin de llamar la atención de los visitantes, aunque son tan «conchudos» que posteriormente bastará vaciar el líquido tal cual, ya que en cuanto los pajarillos descubran el alimento se «correrá el chisme» hasta provocar la atención de otros congéneres e inclusive de otras especies, como los orioles que, por cierto, debido a su peso y a su tamaño acaban por destruir los comederos.

Debo hacer hincapié en que **no se utilice miel** para endulzar el agua, pues ésta tiende a fermentarse con rapidez y ello puede causar graves trastornos digestivos en los colibríes, además del riesgo de producirles hongos en la lengua, que pueden ser letales.

Ahora bien, la importancia de que se utilice azúcar para consumo humano tiene una sencilla explicación: contiene sacarosa, y a pesar de que el néctar de la mayoría de las flores está compuesto de sacarosa, glucosa y fructosa, el ingrediente que domina es el primero, que es el preferido de los «chuparrosas».

Por otra parte, la concentración del agua también es muy importante, porque si la mezcla resulta muy espesa dificultará la digestión del animal, y si se prepara muy aguada las aves perderán el interés por beberla. Asimismo, la preparación no deberá permanecer más de dos o tres días sin cambiarse; es importante mantener limpio el comedero.

¿Es suficiente con el agua azucarada?

Las personas generalmente creen que no es adecuada, y aunque en parte tienen razón, no deben preocuparse puesto que los colibríes acuden a los comederos artificiales por golosos y consentidos, pero antes de hacerlo ya pasaron a visitar a cuanta flor se atravesó por su camino, además de que obtuvieron proteínas de los diferentes insectos atrapados en tal devenir, ya que son muy hábiles para atrapar mosquitos al vuelo.

¿Chupan, liban o cómo consumen su alimento líquido?

Estos pájaros no chupan el néctar, sino que recurren a su larga lengua para lamer la sustancia a una velocidad -de acuerdo con los expertos- de 13 veces por segundo, depositando de esa manera el líquido en unos surcos laterales de la lengua, de donde pasan al organismo por capilaridad. Además, la contracción del pico contribuye a exprimir su bífida lengua, provocando que el animalito se trague el néctar de inmediato.

Matrimonios y crianza

La fabricación del nido y el cuidado de las crías está enteramente a cargo de la hembra, que generalmente pone dos huevos que serán incubados, dependiendo de la especie, entre 14 y 21 días. Instintivamente, los colibríes aprenden a volar aun sin la presencia de los padres, pues inclusive sus primeros despegues los realizan en ausencia de ellos, dándose el primer vuelo entre los 21 y los 24 días a partir de su eclosión, y realmente la dificultad de este primer intento radica más bien en aterrizar (enramarse), más que en el propio vuelo.

Por cierto, cuando dos colibríes se entrelazan en el aire no piensen que se trata de un cortejo o de una cópula- pues esta etapa se da por lo general en la rama de algún frondoso árbol-, más bien estarán presenciando un gran pleito, ya que son aves agresivas, muy territoriales y valientes, que lo mismo enfrentan al ser humano en sus vuelos de inspección, con movimientos tipo helicóptero, que se lanzan contra algún pájaro mucho más grande que ellos.

Se trata de animales con una esperanza de vida de hasta 12 años, aunque lamentablemente la mayoría viva sólo entre tres y cinco años.

Si su pregunta es

¿dónde ahorro?

La respuesta la encontrará en

Quién es Quién
EN LOS PRECIOS

Además** encontrará **deliciosas** y económicas **recetas

GUÍA PARA COMPRAR MÁS BARATO

PROFECO

Obtenga información en su delegación PROFECO o en los teléfonos del consumidor.

Bolitas de Papa Rellenas de Pescado

Pozole Rojo

Puchero Tabasqueño

Sardinas Rancheras

Pozole Rojo

(6 porciones)

Ingredientes

- 750 g de maíz cacahuazintle o pozolero precocido
- 500 g de pollo
- 1/2 cebolla mediana entera
- 1/2 cebolla mediana picada
- 50 g de chiles secos desvenados, lavados y remojados
- 50 g de chiles guajillos desvenados, lavados y remojados
- 50 g de chile ancho desvenados, lavados y remojados
- 6 rábanos finamente rebanados
- 1/2 lechuga (200 g) finamente picada
- 3 limones (135 g)
- 5 tazas de caldo de pollo
- 1 cabeza chica de ajos (50 g)
- chile piquín al gusto
- orégano molido al gusto
- sal al gusto

Preparación:

1. El maíz se escurre y se vierte en una olla con la cabeza de ajos y agua suficiente para que lo cubra. Se cuece a fuego lento sin añadirle sal hasta que esté suave.
2. Aparte se cuece el pollo con media cebolla y sal, se deja enfriar y se deshebra.
3. Los chiles anchos y guajillos se licuan con el agua en que se remojaron y se vierten, previamente colados, en la olla del maíz.
4. También se le añade el caldo de pollo, colado, se sazona con sal y se deja hervir durante diez minutos a fuego lento. Por último se le agrega el pollo deshebrado y se deja en el fuego cinco minutos más.
5. Se sirve caliente adornado con rabanitos, lechuga, cebolla picada, orégano, chile piquín y unas gotas de limón.

Bolitas de Papa Rellenas de Pescado

(6 porciones)

Ingredientes

- 1/2 kg de pescado (berrugata, lisa, trucha o cintilla) cocido y desmenuzado
- 2 huevos (120 g)
- 4 papas (820 g) cocidas y molidas
- 1/2 taza (60 g) de pan molido
- 1 jitomate (235 g) picado
- 2 cucharadas de perejil (10 g) picado
- 1/3 de taza de aceite (80 ml)
- 1 diente de ajo (2 g) picado
- sal y pimienta al gusto
- ensalada verde al gusto

Preparación:

1. Las papas se mezclan con un huevo y se sazonan con sal y pimienta.
2. En un recipiente con dos cucharadas de aceite se sofríen el ajo, el jitomate y el perejil.
3. Posteriormente se les añade el pescado y se sazona con sal. Se deja a fuego medio moviendo constantemente hasta que el pescado se reseque.
4. Con el puré de papa se forman bolitas, se ahuecan del centro y se rellenan con el pescado guisado, se cubren con un poco más de puré y se redondean.
5. Las bolitas se pasan por huevo, previamente batido, y después se empanizan, se fríen y se dejan escurrir sobre papel absorbente para eliminarles el exceso de grasa.
6. Se sirven acompañadas con ensalada fresca.

Sardinas Rancheras

(6 porciones)

Ingredientes

- 1 lata de sardinas en tomate (425 g)
- 2 jitomates (470 g) medianos picados
- 1 cebolla (150 g) picada
- 3 chiles serranos (18 g) grandes picados
- 2 papas (590 g) cocidas y picadas
- 4 cucharadas de aceite (40 ml)
- 1 rama de epazote
- sal al gusto

Preparación:

1. En una sartén se pone a calentar el aceite y ahí se fríen los chiles y la cebolla hasta que esta última se acitrone.
2. Se agregan las papas y cuando se doren un poco se añaden las sardinas y el epazote.
3. Se mezcla todo muy bien y se deja a fuego bajo durante cinco minutos.
4. Se sirve caliente.

Puchero Tabasqueño

(6 porciones)

Ingredientes

- 250 g (6 pedacitos) de falda de res cocida con ajo, cebolla y sal
- 2 papas medianas (400 g) en cuarterones
- 1 camote morado (350 g) en cuarterones
- 1 elote (250 g) desgranado
- 1 plátano macho grande (400 g) rebanado
- 2 calabacitas medianas (300 g) rebanadas
- 2 chayotes medianos (400 g) sin cáscara y en cubos
- 1 taza de ejotes (140 g) picados
- 3 ramas de cilantro desinfectado y picado
- 2 limones
- 6 tazas de caldo de res
- sal y pimienta al gusto

Preparación:

1. La carne se pone a cocer con ajo, cebolla y un poco de sal; se le retiran los ajos y la cebolla y se reserva.
2. En el caldo caliente se añaden el camote, las papas y el elote, y cuando estén a medio cocer se les incorporan los ejotes, los chayotes, las calabacitas y el plátano; se dejan en el fuego hasta que se suavicen.
3. Se incorpora la carne y si es necesario se le agrega un poco de agua para que el puchero quede caldoso. Se sazona con sal.
4. Se sirve caliente con el cilantro espolvoreado y unas gotas de limón al gusto.

Pollo curado en salmuera

Ingredientes

- 1 kg de pollo cortado en piezas
- 1 kg de sal
- 2 litros de agua
- 2 tazas de azúcar
- 1 diente de ajo por cada pieza de pollo
- 1 cebolla grande rebanada
- 2 litros de vinagre
- 1 manojo de hierbas de olor
- 2 cucharadas de hojas de orégano desmenuzadas

Rendimiento: 2 kg

Tiempo de preparación: 26 horas

Preparación:

1. En la olla se vierte el agua y ahí se disuelven el azúcar y la sal para preparar una salmuera. Se agrega medio litro de vinagre.
2. A cada pieza de pollo se le inyecta la salmuera y se le introduce un diente de ajo y una rebanada de cebolla.
3. La salmuera restante se vacía en un recipiente y se le agregan el orégano y la mitad del manojo de hierbas de olor y ahí se acomodan las piezas de pollo.
4. Se dejan reposar durante 24 horas dentro del refrigerador.
5. Transcurrido ese lapso se retira el pollo de la salmuera y se enjuaga bajo el chorro del agua.

Gel para el cabello

Ingredientes

- 16 cucharadas cafeteras de trietanolamina (80 g)*
- 1 1/2 cucharadas soperas de carbopol (15 g)*
- 10 cucharadas cafeteras de alcohol desnaturalizado (50 ml)*
- 1 taza de agua hervida o clorada
- 12 gotas de la esencia de su preferencia*
- 1/4 de cucharada cafetera de colorante vegetal (de acuerdo con la esencia)*

*Se consiguen en farmacias grandes o en droguerías.

Rendimiento: 350 g

Tiempo de preparación: 30 min.

Preparación:

1. El agua se vierte en un recipiente con capacidad de 500 ml y ahí se añade, poco a poco y pasándolo por un colador de malla fina, el carbopol; se agita con una cuchara hasta disolverlo.
2. Enseguida se le incorpora la trietanolamina, se revuelve con una cuchara y después con la batidora a velocidad baja o con un tenedor hasta obtener una consistencia homogénea (aproximadamente un minuto).
3. Por último se le agregan el alcohol, colorante, la esencia y se vuelve a batir a velocidad baja durante diez segundos.

Mermelada de tuna

Ingredientes

- 12 tunas sin cáscara
- 1 1/2 tazas de azúcar
- 2 tazas de agua
- 1/4 de cucharada cafetera de canela
- 1/4 de cucharada cafetera de nuez moscada

Rendimiento: 1 kg

Tiempo de preparación: 1 hora 30 minutos

Preparación:

1. Se pone a calentar el agua y cuando suelte el primer hervor se le agregan las tunas y se trituran con un machacador.
2. Cuando comience a hervir nuevamente se le agrega el azúcar y con la cuchara se mezcla hasta que se disuelva totalmente.
3. Se deja hervir a fuego bajo aproximadamente durante una hora, hasta que adquiera una consistencia de hilo.
4. Enseguida se le agregan la canela y la nuez moscada. Se agita para evitar que se queme.
5. La mermelada estará lista cuando al agitar con la pala se observe el fondo del recipiente.

Palanqueta

Ingredientes

- 2 tazas de cacahuates sin cáscara y tostados
- 1 taza de azúcar refinada
- 2 cucharadas soperas de margarina o de mantequilla

Rendimiento: 1 kg (4 piezas de 250 g)

Tiempo de preparación: 40 minutos

Preparación:

1. La margarina se pone a calentar a fuego medio en el cazo de cobre hasta que se funda.
2. Se le agrega el azúcar, mezclando constantemente con la pala de madera hasta que adquiera la consistencia de caramelo.
3. Enseguida se le incorporan los cacahuates.
4. La mezcla se retira del fuego y se vacían porciones iguales en las bases de cartón, previamente engrasadas con margarina; con el dorso de una cuchara de acero inoxidable se aplana la superficie para que quede uniforme. La palanqueta se deja enfriar a temperatura ambiente.

Educación para el consumo

PROFECO

Utensilios

- recipiente con capacidad de 500 ml
- batidora eléctrica
- colador de malla fina
- cuchara sopera
- cuchara cafetera
- envase de plástico de 400 ml con tapa

Envasado, conservación y caducidad

Con una cuchara se vierte la mezcla en el envase limpio y se tapa. No olvide colocarle una etiqueta con el nombre del producto, la fecha de elaboración y la de caducidad. Es recomendable guardar el gel en un lugar seco.
El gel bien tapado tiene una duración aproximada de un año.

Modo de uso

Aplicar en el cabello con las manos previamente humedecidas.

Recomendaciones

- Durante la elaboración de este producto use guantes y cubreboca.
- En caso de sobrar ingredientes, se conservan en sus envases, se etiquetan y se conservan bien tapados en un lugar fresco y seco, fuera del alcance de los niños.
- Es importante lavar muy bien los utensilios empleados, antes y después de usarlos, con agua tibia y jabón.

Educación para el consumo

PROFECO

Utensilios

- cacerola de acero inoxidable con capacidad de 2 litros
- machacador
- cuchara de acero inoxidable o pala de madera
- frasco esterilizado con capacidad de 1 kg

Envasado, conservación y caducidad

La mermelada aún caliente se envasa en un frasco previamente esterilizado y se cierra firmemente. No olvide colocarle una etiqueta con el nombre del producto, la fecha de elaboración y la de caducidad.
La mermelada de tuna elaborada mediante esta tecnología tiene una duración de seis meses. Una vez abierta requiere refrigeración.

Recomendaciones

-Si desea que el producto sea más dulce mantenga la mezcla en el fuego diez minutos más.

Educación para el consumo

PROFECO

Utensilios

- olla grande
- pala de madera
- jeringa de plástico limpia o estéril, con aguja
- frascos con tapa esterilizados
- olla exprés

Envasado, conservación y caducidad

Las piezas de pollo se acomodan en el frasco limpio, cuidando que no queden apretadas, se añaden hierbas de olor y se llena el frasco con el vinagre restante, dejando un centímetro de espacio entre el líquido y el borde.
Se coloca la tapa sin apretar y se introduce el frasco a la olla exprés con agua, procurando que ésta los cubra hasta el cuello, se tapa y se pone a fuego medio durante 20 minutos.
Pasando este tiempo se retira de la estufa y se deja que la presión de la olla disminuya.
Se saca el frasco y se cierra con fuerza. Se deja enfriar a temperatura ambiente.
No olvide colocar una etiqueta al producto con el nombre, la fecha de elaboración y la de caducidad.
El pollo curado en salmuera elaborado mediante esta tecnología tiene una duración de un mes aproximadamente. Una vez abierto debe mantenerse en refrigeración.

Recomendaciones

Con este mismo procedimiento se puede utilizar carne de cerdo, de res o pescado.

Educación para el consumo

PROFECO

Utensilios

- cazo de cobre con capacidad de 3 litros
- cuchara y pala de madera
- 2 bases de cartón con recubrimiento metálico (de leche ultrapasteurizada), o bien, una charola de metal.
- bolsas de plástico limpias con capacidad de medio kilo.

Envasado, conservación y caducidad

Cuando las palanquetas estén completamente frías se desmoldan y se cortan en trozos regulares con un cuchillo de sierra. Se guardan en bolsas de plástico y se les coloca una etiqueta con el nombre del producto, la fecha de elaboración y la de caducidad. Las palanquetas deben conservarse en un lugar seco y fresco.
El producto elaborado mediante esta tecnología tienen una duración de seis meses.

Recomendación especial

Es necesario utilizar un cazo de cobre, pues de lo contrario las palanquetas no tendrán las características adecuadas.

Ingredientes alternativos

* Las palanquetas se pueden elaborar con cualquier semilla tostada, como nuez, ajonjolí, calabaza, amaranto, o bien, con combinaciones, como la granola.

Reporte especial

Calidad de agua envasada en garrafón

La amplia demanda de aguas envasadas que actualmente existe en el mercado ha provocado la comercialización de un gran número de marcas, las cuales en su etiqueta aseguran ser «purificadas», o bien, declaran ser «bajas en sales» o agua «de manantial».

Por lo anterior, el Laboratorio de PROFECO realizó un estudio de calidad de aguas envasadas en garrafón de 19 litros para verificar el cumplimiento de la norma sanitaria y la veracidad del etiquetado del producto en 36 ciudades de la República Mexicana.

Se analizaron los siguientes aspectos:

Contenido neto: se verificó que el envase efectivamente contuviera la cantidad declarada en la etiqueta.

Información al consumidor: se observó que la etiqueta incluyera la denominación del producto o marca comercial, nombre o razón social del fabricante, dirección, contenido neto, leyenda «Hecho en México», así como el número de lote.

Veracidad en la información que ostenta la etiqueta: se comprobó que el producto cumpliera con lo declarado, como el contenido de sólidos disueltos totales, así como la cantidad de sales solubles y/o sodio para las aguas que se declaran «bajas en sales» y «libres de sodio».

Composición química: se revisó que el contenido de sales solubles, el grado de acidez y la dureza del agua cumplieran con las especificaciones establecidas en la norma.

Calidad sanitaria: se evaluó el contenido de microorganismos para determinar las prácticas sanitarias adecuadas, así como la presencia de microorganismos coliformes, que indican una posible contaminación fecal que pone en riesgo la salud.

Cloro residual: se midió la cantidad de cloro residual para evaluar el cumplimiento del límite máximo permitido por la norma, ya que un exceso de esta sustancia puede implicar riesgo para la salud, además de que enmascara malas prácticas sanitarias o de purificación.

Los resultados parciales y las evaluaciones globales de calidad obtenidas por cada marca se muestran en las siguientes tablas. Si usted desea obtener mayor información sobre el presente estudio, lo invitamos a ponerse en contacto con la Coordinación de Investigación al teléfono 55-44-20-60, donde con mucho gusto lo atenderemos.

Recomendaciones de compra

Antes de comprar agua envasada en garrafón, tome en cuenta las siguientes recomendaciones:

- Verifique que la etiqueta del producto presente la información al consumidor y el tipo de agua que contiene («purificada», «baja en sales» o «de manantial»).
- Revise que el envase se encuentre limpio, sin derrames y que la tapa y el sello de garantía estén intactos.
- Observe que el agua esté transparente y que no presente materia extraña.
- Verifique que el producto contenga número de lote, fecha de fabricación y/o fecha de caducidad.
- Consulte el precio del producto; compare y haga la mejor elección.

Agua purificada envasada en garrafón de 19 litros
Ciudad: Acapulco, Gro.

Marca (Precio por garrafón) ($)	Contenido neto	Información al consumidor	Cumplimiento del contenido de cloro respecto a la norma	Composición química	Calidad sanitaria	Evaluación global de calidad	Observaciones
Liz, Alfreska (10.00) **Sante, Pawento, Iris** (11.00) **Diana** (16.00)	Cumple	Completa				100	Ninguna.
Electropura (9.10) **Luvi, La Perla** (10.00) **California** (11.00)	Cumple	Incompleta				95	No presentan número de lote en la etiqueta.
Trébol (11.00)	Cumple	Completa				75	Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes.
Ónix (11.00)	Cumple	Completa				50	No presenta número de lote en la etiqueta, excede el contenido máximo de cloro que permite la norma.

Ciudad: Aguascalientes, Ags.

Marca (Precio por garrafón) ($)	Contenido neto	Información al consumidor	Cumplimiento del contenido de cloro respecto a la norma	Composición química	Calidad sanitaria	Evaluación global de calidad	Observaciones
Electropura, Junghanns (12.00)	Cumple	Completa				100	Ninguna.
Del Valle (12.00)	Cumple	Completa				85	Mostró desviación en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, sin presentar microorganismos que ocasionen daño; a la salud.
San Laurent, Crystalinn, San Marcos Plus (12.00)	Cumple	Completa				75	Presentan desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo que indica prácticas sanitarias deficientes.
Los Cedros (11.00) **Santa Cecilia Plus** (12.00)	No declara	Incompleta				73	Presentan desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo que indica prácticas sanitarias deficientes. No declara el contenido neto en la etiqueta
Arcoiris Plus, Paraíso, Hidropura (12.00)	Cumple	Incompleta				70	Presentan desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo que indica prácticas sanitarias deficientes. No incluye numero de lote en la etiqueta.

Baja en sales

Suas libre de sodio (12.00)	No cumple	Completa				95	No cumple con el contenido neto que declara.

De manantial

Pureza Aga (11.00)	Cumple	Completa				100	Ninguna.

EXCELENTE BUENO REGULAR DEFICIENTE

Ciudad: Cancún, Q. Roo

Marca (Precio por garrafón) ($)	Contenido neto	Información al consumidor	Cumplimiento del contenido de cloro respecto a la norma	Composición química	Calidad sanitaria	Evaluación global de calidad	Observaciones
Electropura (10.00)	Cumple	Completa				**100**	Ninguna.
Cool (10.00)	*	Incompleta				**95**	No presenta la leyenda "Hecho en México" en la etiqueta* y el contenido neto declarado no corresponde a la presentación.
Cristal (13.00)	Cumple	Completa				**75**	Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes.
Aquamarina (7.00)	Cumple	Incompleta				**70**	No incluye número de lote en la etiqueta y presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes.
Aquaribe (8.00)	No declara	Incompleta				**68**	No declara el contenido neto en la etiqueta, no presenta número de lote y mostró desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes.
Agua Marino (10.00)	Cumple	Incompleta				**67**	No incluye número de lote en la etiqueta, ni la leyenda "Hecho en México"; presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes.
Hidro Ozono del Caribe, El Cenote (9.00)	No declara	Incompleta				**55**	No declaran en la etiqueta el contenido neto, razón social del fabricante, domicilio, leyenda "Hecho en México" ni número de lote. Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo que indica prácticas sanitarias deficientes.

Baja en sales

Chen-Ha (10.00)	Cumple	Completa				**70**	No incluye número de lote en la etiqueta y presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes.

Ciudad: Cd. Juárez, Chih.

Marca (Precio por garrafón) ($)	Contenido neto	Información al consumidor	Cumplimiento del contenido de cloro respecto a la norma	Composición química	Calidad sanitaria	Evaluación global de calidad	Observaciones
Pura Sol (11.50) **Aguasur** (8.00)	Cumple	Incompleta				**95**	No presentan número de lote en la etiqueta.
Joo-Mar	Cumple	Incompleta				**90**	No presenta número de lote en la etiqueta y excede el contenido de sólidos disueltos (sales solubles) permitidos por la norma.
Rivera (10.00)	No cumple	Incompleta				**90**	No cumple con el contenido neto que declara, ni presenta número de lote.

Ciudad: Cd. Juárez, Chih. *(Continuación)...*

Marca (Precio por garrafón) ($)	Contenido neto	Información al consumidor	Cumplimiento del contenido de cloro respecto a la norma	Composición química	Calidad sanitaria	Evaluación global de calidad	Observaciones
Juárez (10.00)	Cumple	Incompleta				**67**	Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo que indica prácticas sanitarias deficientes, además no declara en la etiqueta número de lote, ni la leyenda "Hecho en México".

Baja en sales

Aqua Codi, Alaska Natural (13.00)	Cumple	Completa				**100**	Ninguna.
La Nevada (13.00) **Ultrapura** (9.00)	Cumple	Incompleta				**95**	No presentan número de lote en la etiqueta.

Ciudad: Celaya, Gto.

Marca (Precio por garrafón) ($)	Contenido neto	Información al consumidor	Cumplimiento del contenido de cloro respecto a la norma	Composición química	Calidad sanitaria	Evaluación global de calidad	Observaciones
Santorini (9.00) **El Paraíso, Aqua Lorenia, Niágara, San Fernando** (10.00) **Risco** (14.00)	Cumple	Completa				**100**	Ninguna.
Electrocisne (9.00) **Aqua Pure** (10.00)	Cumple	Completa				**75**	Presentan desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a la especificación de la norma, lo que indica prácticas sanitarias deficientes.

Ciudad: Colima y Manzanillo, Col.

Marca (Precio por garrafón) ($)	Contenido neto	Información al consumidor	Cumplimiento del contenido de cloro respecto a la norma	Composición química	Calidad sanitaria	Evaluación global de calidad	Observaciones
Rokacrisa, Ciel, Ultrapura, El Cisne, St. Ignacio, Electropura Brisa (9.00)	Cumple	Completa				**100**	Ninguna.
Ojo de Agua (8.00)	Cumple	Incompleta				**97**	No incluye la leyenda "Hecho en México" en la etiqueta.
Rodríguez (9.00) **La Fuente** (10.00)*	No cumple *Cumple	Completa *Incompleta				**95**	No presenta número de lote en la etiqueta y *no cumple con el contenido neto que declara.
Agua Pura de Comala (10.00)	Cumple	Completa				**85**	Mostró desviación en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, sin presentar microorganismos que ocasionan daños a la salud.

Baja en sales

Colima (9.00)	Cumple	Completa				**80**	Se declara baja en sales pero se encontró un contenido elevado de sales solubles.

De manantial

La Reserva (9.00)	Cumple	Incompleta				**97**	No incluye la leyenda "Hecho en México" en la etiqueta.
Pureza Aga (9.00)	No cumple	Completa				**95**	No cumple con el contenido neto que declara en la etiqueta.

Ciudad: Cuernavaca, Mor.

Marca (Precio por garrafón) ($)	Contenido neto	Información al consumidor	Cumplimiento del contenido de cloro respecto a la norma	Composición química	Calidad sanitaria	Evaluación global de calidad	Observaciones
Las Fuentes (8.00) **Electropura** (10.00) **De los Ángeles** (11.00) **Junghanns** (15.00)	Cumple	Completa				**100**	Ninguna.
Excelencia Plus (8.00)	Cumple	Completa				**75**	Presenta desviación en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes.

Baja en sales

La Purísima (8.00)	No cumple	Completa				**95**	No cumple con el contenido neto que declara en la etiqueta.

Ciudad: Culiacán, Sin.

Marca (Precio por garrafón) ($)	Contenido neto	Información al consumidor	Cumplimiento del contenido de cloro respecto a la norma	Composición química	Calidad sanitaria	Evaluación global de calidad	Observaciones
La Continental (9.00) **Mave** (10.00) **Aqua Max, Culiacán** (11.00)	Cumple	Completa				**100**	Ninguna.
Acuario, Guadalupe (8.00) **Brisa, UAS** (9.00) **Premier** (10.00)	Cumple	Incompleta				**95**	No presentan número de lote en la etiqueta.
Aqua Clean, Clarita (8.00)	No declara	Incompleta				**93**	No presentan número de lote en la etiqueta ni declara contenido neto.
Water Plus (9.00)	No declara	Incompleta				**90**	No presenta número de lote en la etiqueta, no incluye la leyenda "Hecho en México" ni declara contenido neto.
Perla (7.00) **Primavera** (8.00) **Santa Fe** (10.00)	Cumple	Incompleta				**80**	Presenta desviación en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, sin presentar organismos que ocasionen daños a la salud; no incluye numero de lote en la etiqueta.
Humaya (9.00) **Punto Azul,** **Santa Clara** (10.00) **La Fuente,** **Manantial** (11.00)	Cumple	Completa				**75**	Presenta desviación en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo que indica prácticas sanitarias deficientes.
San Juan (8.00) **San Rafael de Culiacán** (9.00)	Cumple	Incompleta				**70**	Presenta desviación en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo que indica prácticas sanitarias deficientes; no incluye número de lote en la etiqueta.
Aqua Lim (10.00)	No declara	Incompleta				**65**	No incluye en la etiqueta la leyenda "Hecho en México" ni el número de lote, no declara el contenido neto y presenta desviación en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo que indica prácticas sanitarias deficientes.
Ideal (7.00)	Cumple	Incompleta				**65**	Excede el contenido de sólidos disueltos (sales solubles) permitido por la norma. Presenta desviación en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo que indica prácticas sanitarias deficientes; no incluye número de lote en la etiqueta.

Ciudad: Culiacán, Sin. *(continuación)*

Marca (Precio por garrafón) ($)	Contenido neto	Información al consumidor	Cumplimiento del contenido de cloro respecto a la norma	Composición química	Calidad sanitaria	Evaluación global de calidad	Observaciones
Aqua Pura (9.00)	No declara	Incompleta				**40**	Presenta desviación en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo que indica prácticas sanitarias deficientes y la presencia probable de microorganismos que ocasionan daños a la salud. No incluye la leyenda "Hecho en México" ni el número de lote en la etiqueta; no declara el contenido neto.

Baja en sales

Aqua Miller, Modelo (libre de sodio) (11.00) **Aguazul** (9.00)	Cumple	Completa				**100**	Ninguna.
Lerma (8.00)	Cumple	Incompleta				**80**	Presenta desviación en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, sin presentar organismos que ocasionen daños a la salud; no incluye número de lote en la etiqueta.
Ultrapura La Estrellita (8.00)	No declara	Incompleta				**65**	Libre de sodio. No declara el contenido neto, no incluye número de lote ni leyenda "Hecho en México" en la etiqueta. Presenta desviación en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes.

Ciudad: Chihuahua, Chih.

Marca (Precio por garrafón) ($)	Contenido neto	Información al consumidor	Cumplimiento del contenido de cloro respecto a la norma	Composición química	Calidad sanitaria	Evaluación global de calidad	Observaciones
Diamante, Pureza Real San Joaquín (8.00) **Pura Sol** (9.00), **Aquavital, Pureza Aga** (10.00)	Cumple	Completa				**100**	Ninguna.
Kabala (10.00)	Cumple	Incompleta				**97**	No incluye la leyenda "Hecho en México" en la etiqueta.
La Lomita (7.00)	Cumple	Incompleta				**80**	No presenta número de lote en la etiqueta y mostró desviación en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, sin presentar microorganismos que ocasionen daños a la salud.
Aqua Pura (6.50) **San Felipe** (8.00)	Cumple	Incompleta				**70**	No presenta número de lote en la etiqueta y mostró desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes.
Bonita	Cumple	Incompleta				**67**	No incluye en la etiqueta la leyenda "Hecho en México" ni el número de lote, presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes.

Baja en sales

Nueva Vizcaya (8.00) **Mega Plus** (8.50)	Cumple	Completa				**100**	Ninguna.

Ciudad: Distrito Federal

Marca (Precio por garrafón) ($)	Contenido neto	Información al consumidor	Cumplimiento del contenido de cloro respecto a la norma	Composición química	Calidad sanitaria	Evaluación global de calidad	Observaciones
Grand Monte Blanc (7.00) **Waterman** (8.50) **Argentopura** (10.00) **Electropura** (15.00) **Junghanns** (21.00)	Cumple	Completa				**100**	Ninguna.
NeutroPura (6.00) **Azul Plus, Real Azteca, San Fernando** (7.00 **Prisma Pura 2000** (7.50) **Super Pura, Ultrapura** (8.00) **El Oasis** (9.00)	Cumple	Incompleta				**95**	No incluyen número de lote en la etiqueta. Ultrapura y San Fernando se venden a granel.
Cristapura (10.00)	Cumple	Incompleta				**92**	No incluye número de lote ni leyenda "Hecho en México" en la etiqueta.
Claguapura (5.00)	Cumple	Incompleta				**90**	No incluye número de lote en la etiqueta ni declara razón social del fabricante.
New Wasser (7.50)	No declara	Incompleta				**88**	No incluye número de lote en la etiqueta; no declara razón social del fabricante ni contenido neto.
Bonavid (10.00)	Cumple	Incompleta				**87**	No incluye número de lote ni leyenda "Hecho en México" en la etiqueta, no declara razón social del fabricante. Este producto se vende a granel.
100% P.W. (6.00)	No declara	Incompleta				**85**	No incluye número de lote ni leyenda "Hecho en México" en la etiqueta; no declara razón social del fabricante ni contenido neto.
Llektro-pura (10.00)	No declara	Incompleta				**80**	No declara número de lote, leyenda "Hecho en México" ni domicilio en la etiqueta; no declara razón social del fabricante ni contenido neto.
Stallion (12.00)	Cumple	Completa				**75**	Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes.
Santa Clara (6.00) **Blonda** (7.00), **Success, Hunza** (8.00), **Prado Santiago** (10.00) **Alfa Pura** (12.00)	Cumple	Incompleta				**70**	No incluyen número de lote en la etiqueta, presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes. Hunza se vende a granel.
Zonopura (5.00) **Santa Ana** (7.00) **Zonoplus, Don Marco** (10.00)	Cumple	Incompleta				**65**	No incluyen número de lote en la etiqueta, ni razón social del fabricante. Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes. Santa Ana se vende a granel.
Jesús del Gran Poder (10.00)	Cumple	Incompleta				**62**	No presenta en la etiqueta número de lote, razón social del fabricante ni leyenda "Hecho en México". Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes.

Ciudad: Distrito Federal

(Continuación)...

Marca (Precio por garrafón) ($)	Contenido neto	Información al consumidor	Cumplimiento del contenido de cloro respecto a la norma	Composición química	Calidad sanitaria	Evaluación global de calidad	Observaciones
Estrella (7.00)	Cumple	Incompleta				60	No presenta número de lote en la etiqueta, razón social del fabricante, leyenda "Hecho en México" ni contenido neto. Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo que indica prácticas sanitarias deficientes. Este producto se vende a granel.
Pureza 2000 (7.00) **Hidropura del Carmen** (11.00)	Cumple	Incompleta				45	No presentan número de lote en la etiqueta, presentan desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes y la presencia potencial de microorganismos que ocasionan daño a la salud.

Manantial

Pureza Aga (14.00)	Cumple	Completa				100	Ninguna.

Baja en sales

Fontana (6.00), **Del Peñón** (14.00)	Cumple	Completa				100	Ninguna.
Tres Ríos (7.00), **Aquarium** (10.00) **Bital** (11.00)	Cumple	Incompleta				95	No presentan número de lote en la etiqueta.
Acueducto (8.00)	Cumple	Incompleta				82	No presenta número de lote en la etiqueta, leyenda "Hecho en México", razón social del fabricante ni domicilio.
Clartom Water (10.00)	Cumple	Completa				75	Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo que indica prácticas sanitarias deficientes. Este producto se vende a granel.

Ciudad: Durango, Dgo.

Marca (Precio por garrafón) ($)	Contenido neto	Información al consumidor	Cumplimiento del contenido de cloro respecto a la norma	Composición química	Calidad sanitaria	Evaluación global de calidad	Observaciones
Dunas, AM (8.00)	Cumple	Completa				100	Ninguna.
Durango (9.00)	Cumple	Completa				100	La información al consumidor está completa pero la fecha de elaboración y el número de lote están escritos a mano.
Jacy (8.00)	Cumple	Incompleta				95	No incluye la razón social del fabricante en la etiqueta.
Pura Vela (7.00)	No cumple	Completa				95	No cumple con el contenido neto que declara en la etiqueta.

Baja en sales

Agua Oro (9.00)	Cumple	Completa				100	Ninguna.

Ciudad: Guadalajara, Jal.

Marca (Precio por garrafón) ($)	Contenido neto	Información al consumidor	Cumplimiento del contenido de cloro respecto a la norma	Composición química	Calidad sanitaria	Evaluación global de calidad	Observaciones
Manantial de la Sierra, El Diamante, Génesis (7.00), **Del Patrón** (8.00) **Perla Pura, Chapalita** (10.00) **Arco Iris** (11.00), **Junghanns** (13.00) **Ciel** (14.00)	Cumple	Completa				**100**	Ninguna.
Cristalina, La Preferida del Salto (7.00) **Del Valle** (10.00)	Cumple	Incompleta				**95**	No incluye número de lote en la etiqueta.
Del Bosque (8.00)	Cumple	Incompleta				**92**	No incluye la razón social del fabricante ni la leyenda "Hecho en México" en la etiqueta.
El Campesino (7.00)	Cumple	Incompleta				**80**	Presenta desviación en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, sin presentar microorganismos que ocasionen daños a la salud. No declara marca en la etiqueta.
Paraíso Azul (7.00) **La Favorita, La Purísima** (8.00)	Cumple	Completa				**75**	Presenta desviación en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes.
El Colli (8.00)	Cumple	Incompleta				**70**	Presenta desviación en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes. No incluye razón social del fabricante en la etiqueta.
Fresca Agua, Mónica, Natem Pur, Aqua, El Sauz (7.00)	Cumple	Incompleta				**70**	Presentan desviación en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes. No incluyen número de lote en la etiqueta.
Agua-Max (10.00)	Cumple	Incompleta				**67**	Presenta desviación en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes. No incluye número de lote ni leyenda "Hecho en México" en la etiqueta.
Los Pinos (6.00)	Cumple	Incompleta				**65**	Presenta desviación en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes. No incluye número de lote ni razón social del fabricante en la etiqueta.

Baja en sales

Villa del Mar (9.00)	Cumple	Completa				**100**	Ninguna.
San Marcos (8.00) **Auténti-K** (9.00)	Cumple	Incompleta				**75**	Se declaran bajas en sales pero se encontró un elevado contenido de sales solubles. No incluye número de lote en la etiqueta.
Mont Pellier (baja en sodio) (8.00)	Cumple	Completa				**75**	Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes.

Ciudad: Guadalajara, Jal. *(Continuación)...*

Baja en sales

Agua Golden Water (9.00)	No declara	Incompleta				**65**	Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes. No incluye número de lote ni leyenda "Hecho en México"; no declara el contenido neto.
Brillante (8.00)	Cumple	Completa				**55**	Se declara baja en sales pero se encontró un elevado contenido de sales solubles. Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes.

De manantial

Pureza Aga (10.00)	Cumple	Completa				**100**	Ninguna.

Ciudad: Hermosillo, Son.

Marca (Precio por garrafón) ($)	Contenido neto	Información al consumidor	Cumplimiento del contenido de cloro respecto a la norma	Composición química	Calidad sanitaria	Evaluación global de calidad	Observaciones
Agua Happy Water (10.00) **Premier** (12.00)	Cumple	Incompleta				**95**	No incluyen número de lote en la etiqueta.
Aqua Best (9.00)	Cumple	Incompleta				**95**	No incluye la razón social del fabricante en la etiqueta.
Oasis, Agua Pura de Sonora, Fresc (10.00) **American Cristal Water, Excel** (12.00)	Cumple	Incompleta				**70**	No presentan número de lote en la etiqueta. Mostró desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes.
Aqua Real (8.00)	No declara	Incompleta				**62**	No incluye número de lote, razón social del fabricante ni leyenda "Hecho en México" en la etiqueta. Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo que indica prácticas sanitarias deficientes.

Baja en sales

Polar, Glacial (10.00)	Cumple	Incompleta				**95**	No incluyen número de lote en la etiqueta.

Ciudad: La Paz, B. C. S.

Marca (Precio por garrafón) ($)	Contenido neto	Información al consumidor	Cumplimiento del contenido de cloro respecto a la norma	Composición química	Calidad sanitaria	Evaluación global de calidad	Observaciones
Sierra Azul (12.00)	Cumple	Completa				**100**	Ninguna
Imperial de la Paz (9.50)	Cumple	Incompleta				**95**	No presenta número de lote en la etiqueta.
Arco Iris (11.00)	Cumple	Incompleta				**92**	No incluye número de lote ni la leyenda "Hecho en México" en la etiqueta.

Ciudad: La Paz, B. C. S.

(Continuación)...

Marca (Precio por garrafón) ($)	Contenido neto	Información al consumidor	Cumplimiento del contenido de cloro respecto a la norma	Composición química	Calidad sanitaria	Evaluación global de calidad	Observaciones
Baja California (9.50)	No declara	Incompleta				**90**	No incluye la leyenda "Hecho en México" ni el número de lote en la etiqueta; no declara el contenido neto.
Calafia (10.00)	No declara	Incompleta				**85**	No incluye número de lote, leyenda "Hecho en México" ni razón social del fabricante en la etiqueta; no declara el contenido neto.

Baja en sales

Crystal Agua Pura, La Noria (9.50)	No declara	Incompleta				**90**	No incluye la leyenda "Hecho en México" ni el número de lote en la etiqueta; no declara el contenido neto.
Agua Vida (8.50) (baja en sodio y minerales)	No declara	Incompleta				**90**	No presenta número de lote ni leyenda "Hecho en México" en la etiqueta; no declara el contenido neto.
Monarka (12.00) (baja en sodio)	Cumple	Incompleta				**87**	No presenta número de lote, leyenda "Hecho en México" ni razón social del fabricante en la etiqueta.
Glacial (9.50)	Cumple	Incompleta				**50**	Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo que indica prácticas sanitarias deficientes. No incluye número de lote en la etiqueta y excede el contenido de sólidos (sales) que declara.
Río de Agua Viva (8.50) (baja en sodio)	No declara	Incompleta				**40**	Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a la norma, lo que indica prácticas sanitarias deficientes y la presencia potencial de microorganismos que ocasionan daños a la salud; no incluye número de lote ni leyenda "Hecho en México"; no declara el contenido neto.

Ciudad: León, Gto.

Marca (Precio por garrafón) ($)	Contenido neto	Información al consumidor	Cumplimiento del contenido de cloro respecto a la norma	Composición química	Calidad sanitaria	Evaluación global de calidad	Observaciones
Pureza, Vital (8.00) **Ideal, Cristo Rey** (9.00) **Risco** (14.00)	Cumple	Completa				**100**	Ninguna.
Aquamar (8.00)	Cumple	Incompleta				**95**	No incluye número de lote en la etiqueta.
Melca (9.00)	Cumple	Completa				**85**	Presenta desviación en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, sin presentar microorganismos que ocasionen daños a la salud.
Providencia Platinum, San Juan (10.00)	Cumple	Completa				**75**	Presenta desviación en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo que indica prácticas sanitarias deficientes y un posible riesgo a la salud.

Baja en sales

Óptima (11.00)	Cumple	Incompleta				**75**	No incluye la razón social del fabricante en la etiqueta. Se declara baja en sales pero se encontró un elevado contenido de ellas.

De manantial

Pureza Aga (12.00)	Cumple	Completa				**100**	Ninguna.

Ciudad: Matamoros, Tamps.

Marca (Precio por garrafón) ($)	Contenido neto	Información al consumidor	Cumplimiento del contenido de cloro respecto a la norma	Composición química	Calidad sanitaria	Evaluación global de calidad	Observaciones
Agua Pura Imperial (10.00)	Cumple	Incompleta				95	No incluye razón social del fabricante en la etiqueta.
La Familia (9.00)	Cumple	Incompleta				95	No incluye número de lote en la etiqueta.
Manantial (10.00)	Cumple	Incompleta				92	No incluye razón social del fabricante ni leyenda "Hecho en México" en la etiqueta.
La Purísima de Matamoros, Ideal (10.00)	Cumple	Incompleta				90	No incluye número de lote ni razón social del fabricante en la etiqueta.
Oasis (9.00)	No declara	Incompleta				85	No incluye número de lote, razón social del fabricante ni leyenda "Hecho en México" en la etiqueta; no declara el contenido neto.
Iris (10.00)	No cumple	Incompleta				82	No incluye número de lote, razón social del fabricante ni leyenda "Hecho en México"; no cumple con el contenido neto
Matamoros SCL* (10.00)	No cumple	Incompleta				72	*Se identificó con la razón social porque no declara marca. Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, sin presentar microorganismos que ocasionen daños a la salud. No incluye leyenda "Hecho en México" y no cumple con el contenido neto que declara.
La Prosperidad* (10.00)	Cumple	Incompleta				70	*Se identificó con la razón social porque no declara marca. Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes.
Las Palmas (10.00)	Cumple	Incompleta				65	Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes. No incluye número de lote ni razón social del fabricante en la etiqueta.
Santa María (10.00)	No declara	Incompleta				60	No presenta número de lote, razón social del fabricante, leyenda "Hecho en México" ni contenido neto. Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes.
Santa Clara (10.00)	No declara	Incompleta				55	No presenta número de lote, razón social del fabricante, leyenda "Hecho en México" ni contenido neto en la etiqueta. Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes. Excede el contenido de sólidos disueltos (sales solubles) permitido por la norma.
Sierra Pura (10.00)	No cumple	Incompleta				40	No presenta número de lote, razón social del fabricante ni leyenda "Hecho en México" en la etiqueta. Excede el contenido máximo de cloro permitido por la norma y no cumple con el contenido neto que declara.

Ciudad: Matamoros, Tamps.
Baja en sales

(Continuación)...

Peñaazul (baja en sodio) (10.00)	Cumple	Incompleta				82	No presenta leyenda "Hecho en México" en la etiqueta. Mostró desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, sin presentar microorganismos que causen daños a la salud
Matamoros (10.00)	No cumple	Incompleta				63	No incluye número de lote ni razón social del fabricante. Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes. No cumple con el contenido neto que declara.
Chorrito (10.00)	Cumple	Incompleta				45	No incluye número de lote en la etiqueta. Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes y la presencia potencial de microorganismos que ocasionen daños a la salud.

Ciudad: Mazatlán, Sin.

Marca (Precio por garrafón) ($)	Contenido neto	Información al consumidor	Cumplimiento del contenido de cloro respecto a la norma	Composición química	Calidad sanitaria	Evaluación global de calidad	Observaciones
Mazpura, Paraíso (9.00)	Cumple	Completa				85	Presenta desviación en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, sin presentar microorganismos que ocasionen daños a la salud. La información al consumidor está completa, pero el número de lote y la fecha de caducidad están escritas a mano en una etiqueta autoadherible.
Santa Mónica (9.00)	Cumple	Completa				75	Presenta desviación en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo que indica prácticas sanitarias deficientes
Mazatleca (9.00)	Cumple	Incompleta				72	No incluye la leyenda "Hecho en México" en la etiqueta. Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo que indica prácticas sanitarias deficientes.
Vel-Bel (9.00)	Cumple	Incompleta				70	Presenta desviación en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo que indica prácticas sanitarias deficientes. No incluye número de lote en la etiqueta

Ciudad: Mérida, Yuc.

Marca (Precio por garrafón) ($)	Contenido neto	Información al consumidor	Cumplimiento del contenido de cloro respecto a la norma	Composición química	Calidad sanitaria	Evaluación global de calidad	Observaciones
Bonavid (7.00)	Cumple	Completa				100	Esta marca se vende a granel. La información al consumidor está completa aunque el número de lote está escrito a mano.
Los Tres Reyes (7.00) **Roselyn** (8.00), **Best** (9.00) **Electropura, Cristal** (11.50)	Cumple	Completa				100	Ninguna.

Marca (Precio por garrafón) ($)	Contenido neto	Información al consumidor	Cumplimiento del contenido de cloro respecto a la norma	Composición química	Calidad sanitaria	Evaluación global de calidad	Observaciones
Buenavista (8.00)	No declara	Incompleta				98	No declara el contenido neto en la etiqueta.
Aquafont (7.50)	Cumple	Incompleta				95	No presenta la razón social del fabricante en la etiqueta.
Luz (4.00), **Sorbin** (7.00) **Tunil-Ha** (10.00)	Cumple	Incompleta				95	No incluyen número de lote. La marca Luz se vende a granel.
San Jorge (8.00)	Cumple	Incompleta				92	No presenta número de lote ni leyenda "Hecho en México" en la etiqueta.
Lol-tun (7.00)	No declara	Incompleta				90	No incluye número de lote, leyenda "Hecho en México" ni contenido neto en la etiqueta.
Re fresca se (11.50)	Cumple	Completa				75	Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes.
Ruben's (10.00)	Cumple	Completa				75	Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes. La información al consumidor está completa, pero la fecha de caducidad y el número de lote están escritos a mano
Arco Iris (7.00) **Manantial** (7.50.))	Cumple	Incompleta				70	Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes. No incluye número de lote en la etiqueta.
Sabrosa (8.00)	Cumple	Incompleta				67	Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes. No incluye número de lote ni leyenda "Hecho en México" en la etiqueta.
Aguasur (6.50)	No declara	Incompleta				65	Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes. No incluye número de lote, contenido neto ni leyenda "Hecho en México" en la etiqueta.

Baja en sales

Radiante (10.00)	Cumple	Incompleta				95	No incluye la razón social del fabricante en la etiqueta.
Lol-ha (5.00)	No declara	Incompleta				93	No incluye contenido neto ni número de lote en la etiqueta.
Mariluz (6.00)	No declara	Incompleta				90	No incluye contenido neto, número de lote ni leyenda "Hecho en México" en la etiqueta.
Vital (9.00) **Purezza** (libre de nitritos y sodio) (9.50)	Cumple	Incompleta				70	No incluye número de lote en la etiqueta. Presenta desviación en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes.

Ciudad: Mexicali, B. C. N.

Marca (Precio por garrafón) ($)	Contenido neto	Información al consumidor	Cumplimiento del contenido de cloro respecto a la norma	Composición química	Calidad sanitaria	Evaluación global de calidad	Observaciones
Suprema (5.00) **Estrella Azul, Agua Vida** (6.00)	Cumple	Incompleta				95	No incluye número de lote en la etiqueta.
Frespura (6.00)	Cumple	Incompleta				92	No incluye la leyenda "Hecho en México" ni número de lote en la etiqueta.
Agua Azul (5.00)	Cumple	Incompleta				87	No presenta la leyenda "Hecho en México", número de lote ni razón social del fabricante en la etiqueta.
Aqua Pura (14.00)	Cumple	Incompleta				87	No presenta la leyenda "Hecho en México", razón social ni domicilio del fabricante en la etiqueta.

Ciudad: Monterrey, N. L.

Marca (Precio por garrafón) ($)	Contenido neto	Información al consumidor	Cumplimiento del contenido de cloro respecto a la norma	Composición química	Calidad sanitaria	Evaluación global de calidad	Observaciones
Aquapura (17.00) **Pureza Aga** (11.00)	Cumple	Completa				100	Ninguna.
Monterrey (12.00)	Cumple	Incompleta				95	No incluye número de lote en la etiqueta.
Garvi (9.00)	Cumple	Incompleta				90	No presenta número de lote ni razón social del fabricante en la etiqueta.
Gardel (7.50)	Cumple	Completa				75	Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo que indica prácticas sanitarias deficientes.
Comercializadora Grial (8.00)	No declara	Incompleta				65	No incluye número de lote, leyenda "Hecho en México" ni contenido neto en la etiqueta. Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo que indica prácticas sanitarias deficientes.
Aqua Mar (12.00)	Cumple	Completa				55	Excede el contenido máximo de cloro que permite la norma.
Electropura Bebe (7.50)	Cumple	Incompleta				50	No presenta número de lote en la etiqueta y excede el contenido máximo de cloro que permite la norma.
Lux (8.00)	Cumple	Incompleta				50	No incluye razón social del fabricante en la etiqueta y excede el contenido máximo de cloro que permite la norma.

Baja en sales

Navia (14.00) (libre de sodio)	Cumple	Incompleta				87	No incluye domicilio del fabricante, número de lote ni leyenda "Hecho en México" en la etiqueta.
Agua Purificada Avant (12.00) (libre de sodio)	Cumple	Completa				75	Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo que indica prácticas sanitarias deficientes. Presenta la información al consumidor completa pero el lote está escrito a mano en una etiqueta autoadherible.

Ciudad: Morelia, Mich.

Marca (Precio por garrafón) ($)	Contenido neto	Información al consumidor	Cumplimiento del contenido de cloro respecto a la norma	Composición química	Calidad sanitaria	Evaluación global de calidad	Observaciones
Polar de Michoacán, Santorini (9.00) **El Oasis, La Salud, Perisoda, Agua Sed, Acuario** (10.00) **Risco** (13.00)	Cumple	Completa				100	Ninguna.
Natural (8.00) **Aquamorelia** (10.00)*	Cumple	Incompleta				95	No presenta razón social del fabricante. *No incluye número de lote.
El Carmen (9.00)	Cumple	Incompleta				75	No presenta razón social del fabricante ni número de lote en la etiqueta. Presenta desviación en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, sin presentar organismos que ocasionen daños a la salud.

De manantial

Natural de Manantial Rocío, Pureza Aga (10.00)	Cumple	Completa				100	Ninguna.

Ciudad: Oaxaca, Oax.

Marca (Precio por garrafón) ($)	Contenido neto	Información al consumidor	Cumplimiento del contenido de cloro respecto a la norma	Composición química	Calidad sanitaria	Evaluación global de calidad	Observaciones
Donají (9.30)	Cumple	Completa				100	Ninguna.
Frespura (9.35)	Cumple	Incompleta				95	No incluye número de lote.
Super Agua (9.40) **Superpura** (9.70)	Cumple	Incompleta				90	No presenta número de lote y excede el contenido de sólidos disueltos (sólidos solubles) permitidos por la norma.
TR Fresca (9.00)	Cumple	Incompleta				90	No presenta número de lote ni razón social del fabricante.
Ultraplus (9.50)	Cumple	Incompleta				85	Excede el contenido de sólidos disueltos (sólidos solubles) permitidos por la norma y no presenta número de lote ni razón social del fabricante.

Baja en sales

H2O Azul (11.00)	Cumple	Incompleta				95	No presenta número de lote.

De manantial

Inda Pura (10.00)	Cumple	Incompleta				95	No presenta número de lote.

Ciudad: Puebla, Pue.

Marca (Precio por garrafón) ($)	Contenido neto	Información al consumidor	Cumplimiento del contenido de cloro respecto a la norma	Composición química	Calidad sanitaria	Evaluación global de calidad	Observaciones
Ramru, Puragua, Agua Clara de Puebla (9.00), **Gota de Oro** (9.50), **Superagua** (10.50), **Junghanns, Arco Iris** (12.00) **Electropura, Risco** (14.00)	Cumple	Completa				100	Ninguna.
Celestial (8.50)	Cumple	Completa				95	Excede el contenido de sólidos (sales) que declara.
Purimex (8.00) **Agua de Mesa Gapar** (11.00)	Cumple	Incompleta				95	No presenta número de lote en la etiqueta.
Purísima de Puebla (9.00)	Cumple	Incompleta				95	No incluye la razón social del fabricante en la etiqueta.
Agua Natural de Tehuacán Brillante (11.00)	Cumple	Incompleta				90	No incluye número de lote en la etiqueta y excede el contenido de sólidos disueltos (sales solubles) permitido por la norma.
Alpuryh (7.00)	Cumple	Incompleta				90	No incluye la razón social del fabricante ni número de lote en la etiqueta.
Bethesda (8.00)	Cumple	Incompleta				77	No presenta leyenda "Hecho en México" ni razón social del fabricante en la etiqueta. Presenta desviación en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, sin presentar microorganismos que ocasionen daños a la salud.
Saint Michel (7.00)	Cumple	Incompleta				45	No presenta número de lote en la etiqueta. Presenta desviación en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes.
Agua Superpura Plus (7.00)	Cumple	Incompleta				37	No presenta número de lote, razón social del fabricante ni leyenda "Hecho en México" en la etiqueta. Presenta desviación en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes y la presencia potencial de microorganismos que ocasionan daños a la salud.

Baja en sales

Fersan, San Martín (9.00)	Cumple	Completa				100	Ninguna.
Agua Natural de Tehuacán Brillante (11.00)	Cumple	Incompleta				95	No presenta número de lote en la etiqueta.
Monarca del Bosque (10.00)	Cumple	Completa				75	Presenta desviación en la calidad sanitaria con respecto las especificaciones de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes.

De manantial

Chignautla (8.00)	Cumple	Incompleta				65	No presenta de número de lote ni razón social del fabricante. Presenta desviación en la calidad sanitaria, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes.

Ciudad: Puerto Vallarta, Jal.

Marca (Precio por garrafón) ($)	Contenido neto	Información al consumidor	Cumplimiento del contenido de cloro respecto a norma	Composición química	Calidad sanitaria	Evaluación global de calidad	Observaciones
Pureza Aga (10.00)	Cumple	Completa				**100**	Ninguna
Bahía, Michel, Tovara (10.00)	Cumple	Incompleta				**95**	No presenta número de lote en la etiqueta.
Frescura (10.00)	No declara	Incompleta				**93**	No presenta número de lote en la etiqueta ni contenido neto.
Cristal (10.00)	No declara	Incompleta				**78**	No declara contenido neto en la etiqueta ni número de lote. Presenta desviación en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, sin presentar microorganismos que ocasionan daños a la salud.
La Esmeralda (6.00) **El Mirador, La Giralda** (7.00)	Cumple	Incompleta				**70**	No presenta número de lote en la etiqueta. Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo que indica prácticas sanitarias deficientes.
Edén **Tuito Manantial** (7.00)	Cumple	Incompleta				**67**	No presenta número de lote en la etiqueta ni la leyenda "Hecho en México". Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo que indica prácticas sanitarias deficientes.
Planta Purificadora de Agua de Tomatlán (7.00)	Cumple	Incompleta				**62**	No declara en la etiqueta razón social, núm. de lote ni leyenda "Hecho en México". Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo que indica prácticas sanitarias deficientes.

Ciudad: Querétaro, Qro.

Marca (Precio por garrafón) ($)	Contenido neto	Información al consumidor	Cumplimiento del contenido de cloro respecto a la norma	Composición química	Calidad sanitaria	Evaluación global de calidad	Observaciones
Victoria (Embotelladora La Victoria), **Prisma, Agua Nueva** (10.00)	Cumple	Completa				**100**	Ninguna
Aqua Viva (8.00) **Victoria** (Embotelladora San Juan) (9.00)	Cumple	Incompleta				**95**	No presenta número de lote en la etiqueta.
San Juan (9.00)	Cumple	Incompleta				**92**	No declara la leyenda "Hecho en México" ni número de lote en la etiqueta.
Diamante (7.00) **San Antonio** (9.00) **Jurica** (10.00)	Cumple	Incompleta				**70**	No presenta número de lote en la etiqueta. Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo que indica prácticas sanitarias deficientes.

Baja en sales

Junghanns, Agua del Ángel (13.00)	Cumple	Completa				**100**	Ninguna.

Ciudad: Reynosa, Tamps.

Marca (Precio por garrafón) ($)	Contenido neto	Información al consumidor	Cumplimiento del contenido de cloro respecto a la norma	Composición química	Calidad sanitaria	Evaluación global de calidad	Observaciones
Sarita (9.00)	Cumple	Incompleta				95	No incluye número de lote en la etiqueta.
Reynosa (11.00)	No declara	Incompleta				93	No incluye contenido neto ni número de lote en la etiqueta.
Agua Pura (11.00)	Cumple	Incompleta				87	No presenta razón social del fabricante, número de lote ni leyenda "Hecho en México" en la etiqueta.
Vital (9.50)	No declara	Incompleta				73	No presenta número de lote, domicilio ni contenido neto en la etiqueta. Presenta desviación en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, *sin presentar microorganismos* que ocasionan daños a la salud.
Génesis (11.00)	No declara	Incompleta				35	No incluye contenido neto, razón social del fabricante, leyenda "Hecho en México" ni número de lote en la etiqueta. Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes y la presencia potencial de microorganismos que ocasionen daños a la salud.

Baja en sales

Blanquita (9.00) **Exportación** (baja en sodio) (11.00)	Cumple	Incompleta				95	No incluye número de lote en la etiqueta.
Cárdenas (11.00)	No declara	Incompleta				85	No incluye número de lote, contenido neto, razón social del fabricante ni leyenda "Hecho en México" en la etiqueta.
Al Natural (7.00)	Cumple	Incompleta				72	No presenta razón social del fabricante, número de lote ni leyenda "Hecho en México" en la etiqueta. Presenta desviación en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, sin presentar microorganismos que ocasionan daños a la salud.

Ciudad: San Cristóbal de las Casas, Chis.

Marca (Precio por garrafón) ($)	Contenido neto	Información al consumidor	Cumplimiento del contenido de cloro respecto a norma	Composición química	Calidad sanitaria	Evaluación global de calidad	Observaciones
Manantial de la Almolonga (8.00)	Cumple	Incompleta				95	No incluye número de lote en la etiqueta.
Agualaif, Néctar, Purísima, Aquapura (8.00)	Cumple	Completa				75	Presenta desviación en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo que indica prácticas sanitarias deficientes.
Oasis (8.00)	Cumple	Incompleta				70	No incluye número de lote. Presenta desviación en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo que indica prácticas sanitarias deficientes.

Baja en sales

Krystal (8.00)	Cumple	Incompleta				95	No incluye número de lote en la etiqueta.

Ciudad: San Luis Potosí, S. L. P.

Marca (Precio por garrafón) ($)	Contenido neto	Información al consumidor	Cumplimiento del contenido de cloro respecto a la norma	Composición química	Calidad sanitaria	Evaluación global de calidad	Observaciones
Aurelita (7.00), **Aguacero** (9.50) **Hialina Etiqueta Amarilla** (10.00) **Electropura, Junghanns** (12.00)	Cumple	Completa				100	Ninguna.
Acqua Viva (7.50)	Cumple	Incompleta				95	No presenta número de lote en la etiqueta.
Manantial (9.00)	Cumple	Incompleta				90	No incluye número de lote ni razón social del fabricante en la etiqueta.
Guadalupe (8.00)	No declara	Incompleta				85	No incluye razón social del fabricante, leyenda "Hecho en México", contenido neto ni número de lote en la etiqueta.
Tanquian (7.00)	Cumple	Completa				85	Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes, sin presentar microorganismos que ocasionen daños a la salud.
Hialina Etiqueta Blanca (7.50)	Cumple	Completa				75	Presenta desviación en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo que indica practicas sanitarias deficientes.
Santa Remedios (7.00)	No declara	Incompleta				70	No incluye leyenda "Hecho en México" ni contenido neto en la etiqueta. Presenta desviación en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo que indica prácticas sanitarias deficientes.
Perlita (8.00)	Cumple	Completa				50	Presenta desviación en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo que indica prácticas sanitarias deficientes y la presencia potencial de microorganismos que ocasionan daños a la salud.

Baja en sales

Lorman (8.00), **Pureza** (12.00)	Cumple	Completa				100	Ninguna.
Aqua Health (12.00)	Cumple	Incompleta				95	No incluye número de lote en la etiqueta y es baja en sodio.

Manantial

Aguarica (7.00)	Cumple	Completa				100	La información comercial está completa, aunque el lote y la caducidad están escritas a mano en una etiqueta autoadherible.

Ciudad: Tampico, Tamps.

Marca (Precio por garrafón) ($)	Contenido neto	Información al consumidor	Cumplimiento del contenido de cloro respecto a la norma	Composición química	Calidad sanitaria	Evaluación global de calidad	Observaciones
Aquapura, Tancol, Tripura, Urimar (7.00) **Peña Pura** (10.00)	Cumple	Completa				100	Ninguna.
Pura de Tampico (7.00)	Cumple	Incompleta				97	No incluye la leyenda "Hecho en México" en la etiqueta.
Dumbo (7.00)	Cumple	Incompleta				90	No presenta número de lote ni razón social del fabricante en la etiqueta.

Ciudad: Tampico, Tamps. *(Continuación)...*

Marca (Precio por garrafón) ($)	Contenido neto	Información al consumidor	Cumplimiento del contenido de cloro respecto a la norma	Composición química	Calidad sanitaria	Evaluación global de calidad	Observaciones
Tepeyac (6.00)	No declara	Incompleta				**85**	No incluye número de lote, denominación, leyenda "Hecho en México" ni contenido neto en la etiqueta.
El Fénix (7.00)	Cumple	Completa				**75**	Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes.
Manantial (5.50)	Cumple	Incompleta				**75**	No incluye número de lote ni razón social del fabricante. Presenta desviación en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, sin presentar microorganismos que ocasionen daños a la salud.

Baja en sales

Fonteclara (libre de sodio) (7.00)	Cumple	Incompleta				**90**	No presenta razón social ni domicilio en la etiqueta.
Trevi Plus (libre de sodio) (7.00)	Cumple	Completa				**85**	Presenta desviación en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, sin presentar microorganismos que ocasionen daños a la salud.

Ciudad: Tijuana, B. C. N.

Marca (Precio por garrafón) ($)	Contenido neto	Información al consumidor	Cumplimiento del contenido de cloro respecto a la norma	Composición química	Calidad sanitaria	Evaluación global de calidad	Observaciones
Aquapura (15.00) **Sparkletts** (18.00)	Cumple	Completa				**100**	Ninguna.
Ultrartitk (4.50) **Ultrapura** (5.00) **El Rubí** (6.00) **Waterman** (13.00)	Cumple	Incompleta				**95**	No incluye número de lote en la etiqueta. Ultrartitk se vende a granel.
La Purísima (10.00)	Cumple	Completa				**75**	Presenta desviación en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo que indica prácticas sanitarias deficientes.
San Javier (4.00) **Auténtica** (10.00)	Cumple	Incompleta				**70**	Presenta desviación en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo que indica prácticas sanitarias deficientes. No presenta número de lote en la etiqueta.
Arco Iris (8.00)	Cumple	Incompleta				**67**	Presenta desviación en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo que indica prácticas sanitarias deficientes. No presenta número de lote ni leyenda "Hecho en México" en la etiqueta.
Israel I (4.00)	No declara	Incompleta				**55**	Presenta desviación en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo que indica prácticas sanitarias deficientes. No presenta número de lote, razón social, domicilio, contenido neto ni leyenda "Hecho en México" en la etiqueta.

Ciudad: Tijuana, B. C. N.
Baja en sales

Cristazul (5.50)	No declara	Incompleta				**98**	Este producto se vende a granel. No incluye contenido neto en la etiqueta.
California (Purif. La Moderna) **California** (Purif. Universal) (libre de sodio) (5.00)	Cumple	Incompleta				**95**	No incluye número de lote en la etiqueta.

De manantial

La Sierra (10.00)	Cumple	Incompleta				**70**	Presenta desviación en la calidad sanitaria con respecto a la norma, lo que indica prácticas sanitarias deficientes. No incluye número de lote en la etiqueta.

Ciudad: Toluca

Marca (Precio por garrafón) ($)	Contenido neto	Información al consumidor	Cumplimiento del contenido de cloro respecto a la norma	Composición química	Calidad sanitaria	Evaluación global de calidad	Observaciones
Crist-Toluca, Iciberg, Electropura, Toluca, De los Ángeles (11.00) **Junghans** (14.00)	Cumple	Completa				**100**	Ninguna.

De manantial

Pureza Aga (11.00)	Cumple	Completa				**100**	Ninguna.

Ciudad: Tuxtla Gutiérrez, Chis.

Marca (Precio por garrafón) ($)	Contenido neto	Información al consumidor	Cumplimiento del contenido de cloro respecto a la norma	Composición química	Calidad sanitaria	Evaluación global de calidad	Observaciones
San Esteban (7.50) **Electron, Electropura San Francisco, El Grijalva, Agua Ultrapura El Manantial, Natura, Premium Ultrapurificada** (8.00)	Cumple	Completa				**100**	Ninguna.
El Caudal (8.00)	Cumple	Completa				**95**	Excede el contenido de sólidos disueltos (sales solubles) permitido por la norma.
Chiapaneca (8.00)	Cumple	Incompleta				**95**	No incluye número de lote en la etiqueta.
Extrapura (8.00)	Cumple	Incompleta				**90**	Excede el contenido de sólidos disueltos (sales solubles) permitidos por la norma. No presenta el número de lote.
Electropura Crystal (8.00)	Cumple	Completa				**85**	Presenta desviación en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, sin presentar microorganismos que ocasionen daños a la salud.

Baja en sales

Tecnoplus (9.00)	Cumple	Completa				**100**	Ninguna.

Ciudad: Veracruz, Ver.

Marca (Precio por garrafón) ($)	Contenido neto	Información al consumidor	Cumplimiento del contenido de cloro respecto a la norma	Composición química	Calidad sanitaria	Evaluación global de calidad	Observaciones
La Roca (7.50), **Lisa** (10.00), **Risco** (14.00)	Cumple	Completa				100	Ninguna.
Esmeralda Plus (7.50)	No declara	Incompleta				85	No incluye número de lote, razón social del fabricante, leyenda "Hecho en México" ni contenido neto en la etiqueta.
Purificadora del Atlántico (6.50) **D'Solares** (13.00)	Cumple	Completa				75	Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes.

Baja en sales

Junghanns (12.00)	Cumple	Incompleta				95	No incluye número de lote.
Evolution (10.00)	Cumple	Incompleta				80	Presenta desviación en la calidad sanitaria con respecto a las especificaciones de la norma, sin presentar microorganismos que ocasionen daños a la salud. No incluye número de lote.

Ciudad: Villahermosa, Tab.

Marca (Precio por garrafón) ($)	Contenido neto	Información al consumidor	Cumplimiento del contenido de cloro respecto a la norma	Composición química	Calidad sanitaria	Evaluación global de calidad	Observaciones
Junghanns (11.00)	Cumple	Completa				100	Ninguna.
La Victoria (11.00)	Cumple	Incompleta				95	No presenta número de lote.
La Perla (10.00)	Cumple	Incompleta				92	No incluye número de lote ni leyenda "Hecho en México".
La Fuente (8.00)	Cumple	Incompleta				90	No presenta número de lote ni razón social.
Crystal (5.00), **La Tropical** (9.00) **El Triunfo** (10.00)	Cumple	Incompleta				87	No incluye número de lote, razón social ni leyenda "Hecho en México".

Baja en sales

Cristal (11.00)	Cumple	Completa				100	Ninguna.
The Kid (baja en sodio) (10.00) **La Victoria** (11.00)	Cumple	Incompleta				95	No presenta número de lote.

Ciudad: Zacatecas, Zac.

Marca (Precio por garrafón) ($)	Contenido neto	Información al consumidor	Cumplimiento del contenido de cloro respecto a la norma	Composición química	Calidad sanitaria	Evaluación global de calidad	Observaciones
El Manantial (Jerez) (8.00) **Santa Teresa** (10.00) **Ultrapura** (11.00), **Sombrerete**, **El Encino, Los Pinos** (12.00) **Electropura, La Bufa** (13.00)	Cumple	Completa				100	Ninguna.
Oasis (6.00)	No declara	Incompleta				98	No declara el contenido neto en la etiqueta.
Chrystalina Plus, Enir, Los Alpes (12.00) **Agua El Mineral** (13.00)	Cumple	Incompleta				95	No presenta número de lote en la etiqueta.

Ciudad: Zacatecas, Zac. *(Continuación)..*

Marca (Precio por garrafón) ($)	Contenido neto	Información al consumidor	Cumplimiento del contenido de cloro respecto a la norma	Composición química	Calidad sanitaria	Evaluación global de calidad	Observaciones
Cristy, Brisa, El Manantial (Río Grande) (12.00)	Cumple	Incompleta				**95**	No incluye razón social del fabricante en la etiqueta.
La Purísima (7.00)	Cumple	Incompleta				**95**	No declara domicilio en la etiqueta.
El Huizachal (11.00)	No declara	Incompleta				**90**	No incluye contenido neto, número de lote ni leyenda "Hecho en México" en la etiqueta.
Las Fundiciones (6.50)	Cumple	Incompleta				**90**	Excede el contenido de sólidos disueltos (sales solubles) permitido por la norma. No incluye la denominación en la etiqueta.
Santa Anita (13.00)	Cumple	Completa				**75**	Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a la especificación de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes.
La Canterita (12.00)	Cumple	Incompleta				**72**	La fecha de elaboración está escrita a mano en la etiqueta; no incluye la leyenda "Hecho en México". Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a la especificación de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes.
Freskura (11.00)	*	Incompleta				**70**	*Tiene etiqueta de 3.785 litros; no incluye número de lote. Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a la especificación de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes.
Jazmín (11.00)	Cumple	Incompleta				**70**	No incluye número de lote en la etiqueta. Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a la especificación de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes.
Kristal del Valle (13.00)	Cumple	Incompleta				**52**	No incluye la leyenda "Hecho en México" en la etiqueta y excede el contenido máximo de cloro que permite la norma.
Zarca (6.50)	Cumple	Incompleta				**50**	Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a la especificación de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes y la presencia potencial de microorganismos que ocasionan daños a la salud.

Bajas en sales

Las Cumbres (13.00)	Cumple	Completa				**100**	Ninguna.
Las Montañas (9.00)	No declara	Incompleta				**68**	Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a la especificación de la norma, lo cual indica prácticas sanitarias deficientes. No incluye razón social del fabricante ni contenido neto en la etiqueta.
Pureza Diamante (13.00)	Cumple	Completa				**65**	Se declara baja en sales pero se encontró un elevado contenido de sales solubles. Presenta desviaciones en la calidad sanitaria con respecto a la especificación de la norma, sin presentar microorganismos que ocasionen daños a la salud.

El calcio

Con la finalidad de que usted conozca la utilidad y los posibles riesgos de los complementos alimenticios y vitamínicos, dedicamos este espacio a describir qué son y para qué sirven algunos de los nutrimentos que contienen. Cabe señalar que si usted mantiene una alimentación balanceada no necesita recurrir a los complementos alimenticios, salvo por prescripción médica.

Después del agua, el calcio es el nutrimento inorgánico que más abunda en el cuerpo humano y constituye entre el 1.5 y el 2 por ciento del peso corporal; más del 99 por ciento del calcio se encuentra en los huesos y en los dientes, mientras que el resto se halla en los líquidos corporales y en los tejidos blandos.

Además de la función estructural que desempeña en los huesos y en los dientes, el calcio es fundamental en diversos procesos orgánicos, como la transmisión de señales nerviosas, la contracción muscular y la secreción hormonal. Las funciones del calcio en el organismo son tan importantes para la supervivencia, que en caso de deficiencia alimentaria grave o de pérdidas anormales el organismo extrae de los huesos este mineral, con el objeto de mantener las concentraciones normales de calcio en las células, en la sangre y en los líquidos corporales.

Durante las etapas de desarrollo de los niños y los adolescentes, así como en el embarazo y la lactancia, las necesidades de calcio se incrementan, por lo que el organismo utiliza la reserva que ha acumulado. Lo anterior sucede cuando la dieta proporciona un aporte adecuado de calcio a las «trabéculas» (estructuras cristalinas que se encuentran en los extremos de los huesos largos). De no existir esta reserva, el organismo lo toma directamente de los huesos.

La ingestión insuficiente de calcio, o bien, una absorción deficiente originan afecciones a la estructura ósea, como la osteomalacia (reblandecimiento de los huesos) y la osteoporosis (porosidad anormal en los huesos, que los hace particularmente frágiles).

La osteoporosis es un problema de salud que aparece con mayor frecuencia después de la menopausia, y en el hombre después de los 50 ó 60 años de edad. La descalcificación ósea es la principal causa de este padecimiento.

Fuentes y absorción del calcio

Entre las mejores fuentes de calcio se encuentran la tortilla, el frijol, el ajonjolí, las hojas de chaya, el epazote, el quelite,

Contenido de calcio en algunos alimentos

Alimento (por ración)	Calcio (mg)
3 tortillas de maíz amarillo	176
3 tortillas de maíz blanco	97
1 plato chico de frijoles	68
1 cucharada de ajonjolí	73
100 g de hojas de chaya	324
100 g de huauzontle	163
100 g de papaloquelite	361
100 g de quelites	174
100 g de pata de res	101
100 g de acociles	3,250
100 g de gusanos de maguey	142
100 g de boquerones fritos	168
100 g de boquerones frescos	566
100 g de charales frescos	2,360
100 g de charales secos	4,005
100 g de camarón cocido	144
100 g de camarón seco	684
100 g de sardinas en aceite	303
100 g de sardinas en tomate	449
1 vaso de leche fresca (250 ml)	298
1 vaso de yogurt natural de leche entera (150 g)	182
1 vaso de yogurt natural de leche descremada (150 g)	275
30 g de queso añejo tipo cotija	258
30 g de queso fresco de vaca	205
30 g de queso chihuahua	239
30 g de queso oaxaca	141
30 g de queso parmesano	355
30 g de queso amarillo	185
30 g de requesón	28

Fuente: Tablas de valor nutritivo de los alimentos, Instituto Nacional de la Nutrición «Salvador Zubirán», 1992.

los charales, la sardina, la leche, la yema de huevo y el queso.

En condiciones normales, el organismo sólo absorbe del 30 al 50 por ciento del calcio ingerido.

Dicha absorción, que se lleva a cabo en el intestino, está controlada por la acción de la vitamina D -la exposición al sol incrementa la producción de ésta-; también intervienen las proteínas y el fósforo.

Para que el calcio se absorba adecuadamente es necesario que la dieta aporte tanto o más calcio que fósforo, es decir, que la relación calcio/fósforo (Ca/P) sea al menos similar. Por ejemplo, aunque en nuestro país el maíz es pobre en calcio, al ser tratado con cal durante la preparación del nixtamal se convierte en una fuente importante de calcio y la relación Ca/P es mayor de 1.5.

Cabe señalar que un exceso de proteínas y de fósforo en la dieta, así como el hidróxido de aluminio, componente de muchos medicamentos antiácidos, afectan el proceso de absorción del calcio.

El exceso de calcio se presenta en personas hipersensibles a la vitamina D, o bien, en quienes consumen cantidades superiores a 2500 mg diarios de calcio, por ejemplo, aquellas personas que padecen úlcera péptica y deben llevar una dieta a base de productos lácteos e ingerir carbonato de calcio. El exceso de calcio en el organismo se traduce en daño renal grave y en calcificación de los tejidos blandos.

Recomendaciones

1) Consuma una dieta completa y variada que incluya:

-Abundantes frutas y verduras.

-Cereales y leguminosas (comerlos combinados).

-Pequeñas porciones de alimentos de origen animal.

2) Después de la menopausia es muy importante ingerir suficiente calcio. Cabe señalar que el calcio no cura la osteoporosis, sin embargo su carencia puede agravarla.

3) Ingiera complementos de calcio solamente bajo la vigilancia de su médico.

Fuente: Unidad de Alimentación y Nutrición, Dirección de Educación para el Consumo, PROFECO.

Ingesta de calcio recomendada

El requerimiento de calcio establecido por el Instituto Nacional de la Nutrición es el siguiente:

Niños 0-2 años:
600 mg al día

Niños 2-10 años:
500 mg al día

Adolescentes 11-18 años:
700 mg al día

Adultos:
500 mg al día

Embarazadas y madres lactantes:
1000 mg al día

¿Bueno o malo?

La dieta y el colesterol

¡Cuídate del colesterol porque es muy peligroso! ¡Tengo el colesterol alto! ¡El huevo tiene mucho colesterol! Éstas son algunas de las afirmaciones más comunes que escuchamos en torno al colesterol.

Pero, ¿sabe usted qué es y cómo afecta a la salud? El colesterol es un tipo de grasa que forma parte de las células y los tejidos del organismo, el cual es indispensable en la producción de bilis (necesaria para asimilar las grasas), de hormonas sexuales (estrógenos, progesterona y andrógenos) y para la síntesis o producción de la vitamina D.

El hígado y el intestino producen la cantidad suficiente de colesterol para cubrir las necesidades orgánicas, razón por la cual esta sustancia no debe incluirse en la dieta.

Sin embargo, al consumir alimentos de origen animal ingerimos también colesterol.

De este modo, tanto el colesterol que consumimos a través de la alimentación como el que produce nuestro cuerpo circula en la sangre, unido a proteínas especiales como las Lipoproteínas de Baja Densidad (LBD o LDL, por sus siglas en inglés) y las Lipoproteínas de Alta Densidad (LAD o HDL).

«El malo»

Los científicos descubrieron que el colesterol que se une a las LBD se deposita en los tejidos y se acumula fácilmente junto con otras sustancias en el interior de las arterias -ateromas-, provocando aterosclerosis.

La aterosclerosis produce padecimientos cardiacos o cerebrovasculares, porque genera una obstrucción que impide la correcta circulación de la sangre hacia el corazón, ocasionando un ataque cardiaco o infarto. De la misma manera, cuando una arteria cerebral se obstruye disminuye la irrigación sanguínea al cerebro y sobreviene un ataque cerebrovascular -embolia o infarto cerebral. Ésta es la razón por la que al colesterol LBD se le conoce comúnmente como «colesterol malo».

«El bueno»

El colesterol que se une a las LAD produce el efecto contrario debido a que éstas arrastran el colesterol de los tejidos y lo eliminan del organismo, disminuyendo así el riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares. Por ello se le conoce como «colesterol bueno».

Para valorar la relación entre el colesterol y los niveles LAD y LBD sólo se requiere acudir al médico para que determine su estado de salud.

El colesterol en la sangre

Para evitar un nivel alto de colesterol en la sangre es necesario controlar la cantidad y el tipo de grasas que consume. Los expertos recomiendan que el aporte diario de grasas de la dieta no exceda el 30 por ciento.

En cuanto al tipo de grasas es conveniente que por lo menos dos terceras partes sean insaturadas y sólo una tercera parte saturadas.

En general se considera que las grasas saturadas aumentan el nivel de «colesterol malo», mientras que las grasas poliinsaturadas y las monoinsaturadas contribuyen a la formación del «colesterol bueno», aunque ingerirlas en exceso también es perjudicial: cuando los niveles de colesterol en la sangre son normales, la ingestión diaria de grasas recomendable es de 300 mg, de lo contrario deberá disminuir la cantidad a 200 mg, hasta que sus niveles se normalicen.

Por ejemplo, una pieza de huevo contiene 270 mg de colesterol aproximadamente; un trozo de 90 g de carne de res o de cerdo magra contiene 56 mg, mientras que la misma cantidad de riñones o de hígado aporta cuatro veces más colesterol; un vaso de leche descremada tiene 6 mg, en cambio un vaso de leche entera tiene 35 mg.

Cómo disminuir el colesterol alto

Los nutriólogos recomiendan algunos alimentos que, de acuerdo con investigaciones científicas, se sabe que contribuyen a disminuir los niveles de colesterol.

Se afirma que cierto tipo de fibras reduce los niveles de colesterol, por ejemplo, la pectina que se encuentra en las naranjas, las manzanas y algunos tubérculos. También se ha probado que el consumo frecuente de avena, salvado y frijoles produce el mismo efecto. La dieta rica en fibra dietética -por ejemplo, el nopal- disminuye el riesgo de contraer males cardiacos, debido a que favorece la absorción de grasas a través del intestino.

Asimismo se ha encontrado que los ácidos grasos Omega 3 y Omega 6, que se encuentran en alimentos como el pescado, las verdolagas y las algas marinas, son benéficos para reducir el colesterol. Sin embargo, hasta ahora las investigaciones no han podido determinar si existe un efecto adverso al consumirlos indiscriminadamente, por ello es conveniente moderar su ingestión.

Problema preocupante

Las estadísticas indican que entre las principales causas de mortalidad a nivel internacional se encuentran las enfermedades cardiovasculares, sobre todo entre la población mayor de 45 años.

¿Grasas saturadas, poliinsaturadas o monoinsaturadas?

Las grasas se diferencian entre sí por su estructura y composición química. Las **grasas saturadas** en estado natural generalmente son de textura semisólida y suelen encontrarse en los alimentos de origen animal; este tipo de grasa es visible en la carne roja, el pollo, la manteca, la mantequilla, el sebo o la manteca vegetal.

Las **grasas insaturadas** (**monoinsaturadas** o **poliinsaturadas**) son las que se presentan de forma líquida, como en los aceites vegetales (canola, oliva, maíz, cártamo). La excepción son algunos aceites como el de coco, de palma y de almendra de palma, que son predominantemente saturados; las semillas oleaginosas como cacahuate, nuez de la india, almendra, aguacate, aceituna, el pescado y la margarina también son fuente de grasas insaturadas. Las margarinas más suaves contienen una cantidad mayor de grasas poliinsaturadas que las duras.

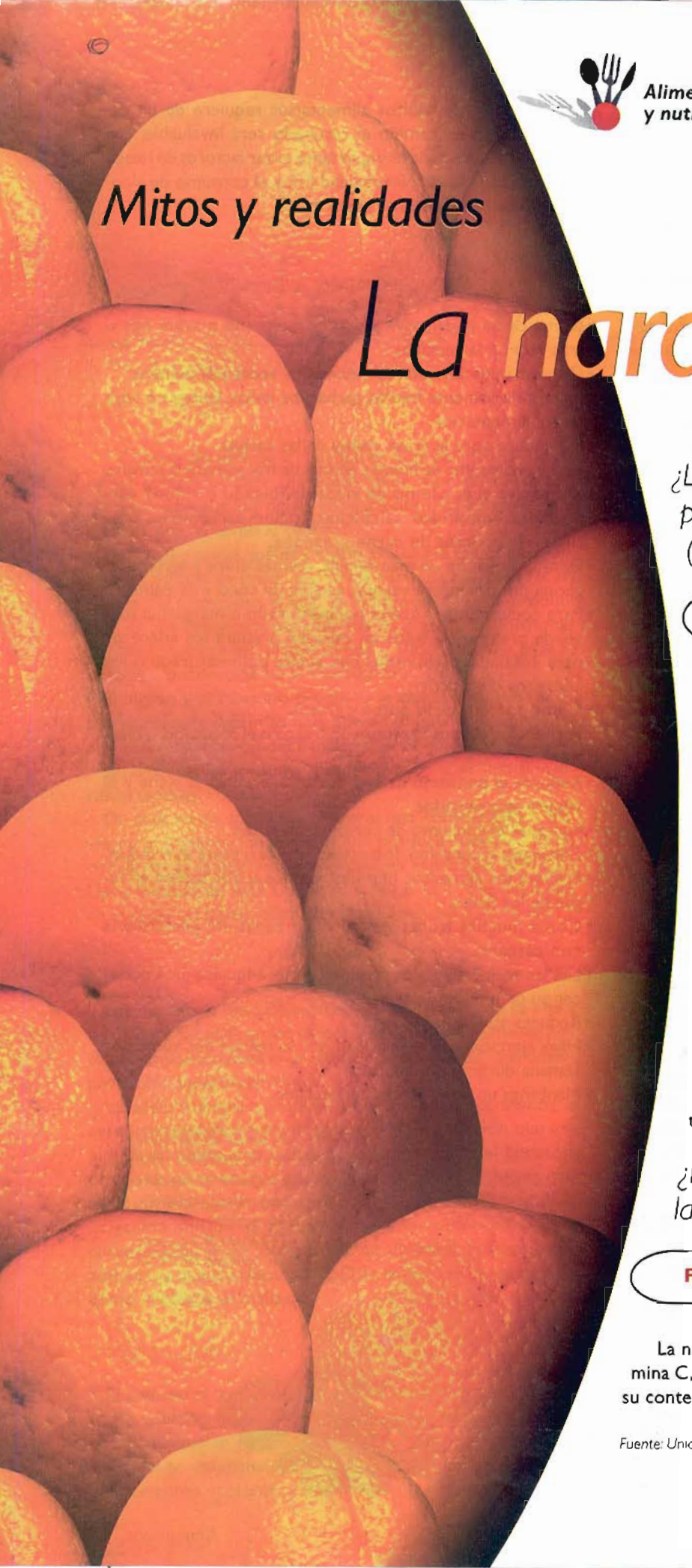
Cabe mencionar que la mayor parte de los alimentos contiene una mezcla de ambos tipos de grasas (saturadas e insaturadas). Por ejemplo, la mantequilla contiene un 66 por ciento de grasa saturada y una menor cantidad de insaturada; en contraste, el aceite de soya sólo tiene 15 por ciento de grasa saturada y 66 por ciento de insaturada.

Cuidar nuestros hábitos alimentarios requiere de un esfuerzo mínimo, en cambio el resultado será invaluable: una vida sana. Recuerde que es importante evitar factores de riesgo como el tabaquismo, la inactividad física, el consumo de alcohol y la tensión emocional, entre otros.

Los expertos recomiendan

- Coma carne roja magra y pollo sin piel (no más de dos o tres veces a la semana).
- Consuma pescado por lo menos dos veces por semana.
- Incluya diariamente frijoles, garbanzos, habas, lentejas o soya en su alimentación.
- Elimine siempre la grasa visible de las carnes.
- Limite el consumo de huevo a no más de tres yemas a la semana.
- Disminuya el consumo de vísceras (hígado o riñón), carnes frías, embutidos, salchichas, tocino, así como las costillas y los cortes de carne grasosos.
- Evite la ingestión de mantequilla, cremas dulce y agria, margarina dura, manteca vegetal, aceites de coco y de palma.
- Para cocinar utilice aceite poliinsaturado o margarina suave, de preferencia bajos en calorías; prefiera los aderezos para ensaladas elaborados con aceite poliinsaturado o los aderezos dietéticos.
- Coma pocos quesos duros y grasos.
- Prefiera los quesos descremado, fresco o el requesón, o bien, bajos en grasa.
- Reduzca el consumo de leche entera, prefiera la leche y el yogurt descremados.
- Aumente el consumo de cereales integrales.
- Disminuya el consumo de pasteles, galletas o panes muy dulces.
- Prefiera los alimentos hervidos, asados u horneados en lugar de los fritos.
- Coma muchas frutas y verduras frescas, de preferencia con cáscara.
- Lea las etiquetas de los productos que adquiera para conocer su contenido de grasa.
- Reduzca su consumo de sal.
- Haga ejercicio con regularidad, por lo menos dos veces por semana durante 20 minutos.
- Mantenga un peso corporal adecuado.

Fuentes: -Conocimientos actuales sobre nutrición, séptima edición. OPS/OMS, 1997.
-Enciclopedia Columbia de Nutrición. Editorial Grijalbo, 1994.
-Unidad de Alimentación y Nutrición. Dirección de Educación para el Consumo, PROFECO



Mitos y realidades

La naranja

¿La naranja es eficaz para ayudar a prevenir o a curar el resfriado común (gripe)?

No se sabe.

La naranja contiene vitamina C (ácido ascórbico o ascorbato), de ahí la creencia de que posee dicha propiedad. Actualmente, entre la comunidad científica aún existe polémica al respecto. En 1942, los investigadores concluyeron que la vitamina C no tenía efecto alguno sobre la incidencia de resfriados, pero 30 años después, al revisar el sustento de la conclusión anterior, se rebatió aquella información. Hoy en día aún persiste la controversia, particularmente en torno a los requerimientos de vitamina C del organismo. Algunos estudios han demostrado que las dosis altas de vitamina C aminoran los síntomas de una infección respiratoria, reducen su duración y tal vez su frecuencia. Sin embargo, los resultados no son concluyentes.

La Organización Mundial de la Salud ha recomendado realizar más estudios para poder afirmar que los suplementos de vitamina C brindan el efecto protector del cual tanto se ha hablado.

¿La naranja es la fruta que contiene la mayor cantidad de vitamina C?

Falso.

La naranja contiene una proporción importante de vitamina C, pero la guayaba, en raciones proporcionales, triplica su contenido.

Fuente: Unidad de Alimentación y Nutrición, Dirección de Educación para el Consumo, PROFECO

Centro de mesa para las fiestas patrias

A continuación le presentamos una técnica sencilla y muy económica para elaborar floreros y canastas con motivos patrios, aprovechando los envases de plástico no retornables. ¡En estas festividades mexicanas adorne su casa u oficina!

Material

- 1 envase vacío y limpio de refresco de 2 litros (con tapa)
- 1 metro de encaje blanco de 1.5 cm de ancho
- 1 metro de encaje verde de 1.5 cm de ancho
- 1 metro de encaje rojo de 1.5 cm de ancho
- 1 metro de listón tricolor de 1.5 cm de ancho o espiguilla
- 1/4 de pliego de cartón grueso o de papel cascarón
- navaja o *cutter*
- tijeras
- pegamento de contacto
- aguja
- carrete de hilo

Cómo se hace:

-Con la navaja se marcan los siguientes cortes en el envase de plástico: para la canasta, a partir de la base, a una altura de 10 centímetros, una circunferencia; en la parte superior, para el florero, se hace una marca de 20 centímetros desde el tapón hacia abajo. En la parte media se corta una tira de 2 centímetros de ancho -para el asa de la canasta- (véase el diagrama). Si lo desea puede señalar los cortes con cinta adhesiva. Una vez marcado el envase, se hace un pequeño orificio con la navaja para introducir las tijeras y facilitar los cortes.

La canasta

-Con un poco de pegamento se une el listón tricolor -o espiguilla- al asa de plástico y ésta se pega para formar la canasta.

-El encaje se hilvana para plegarlo; se pega comenzando por la orilla de la canasta, tenga cuidado de que la superficie quede perfectamente cubierta. Se recomienda pegar primero el encaje de color verde, una vez que esté seco, el de color blanco y al final el rojo.

El florero

-Para la base se recorta un círculo de 8.5 cm de diámetro de cartón; después en el centro se le pega la parte superior de la botella que se cortó -con la tapa perfectamente cerrada- y se deja secar.

-El contorno de la copa y la base se decoran con encaje o espiguilla.

Tips

-Se pueden usar como macetas, haciéndoles pequeñas perforaciones en la parte de abajo. Se rellenan con tierra y se planta la cactácea de su preferencia.

-También se pueden decorar con flores naturales, como claveles o rosas blancas y rojas, combinándolas con hojas verdes.

-Si lo prefiere, rellénelas con dulces para obsequiarlas a sus amistades.

¿Qué mascota tienes?

Seguramente a ti, como a la mayoría de los niños, te gustan las mascotas. La ***Revista del Consumidor*** *quiso saber cuál es la mascota preferida de algunos niños como tú. ¡Entérate de lo que nos dijeron!*

Mi mascota favorita es un canario que me regaló de cumpleaños mi abuelita, se llama «Pedro». Lo llevo al veterinario y le doy una alimentación balanceada especial para canarios. Mi mamá me ayuda a limpiar su jaula entre semana porque yo estoy en la escuela, pero los fines de semana me toca a mí.

Christian Salazar Cardoso
12 años
1° de secundaria

Mi mascota es una perrita que se llama «Ruga»; mis papás me la compraron y la tengo porque el perro es el mejor amigo del hombre. Los perros merecen respeto y que los traten bien. Tienen derecho a tener un amo porque no se vale que estén en la calle o que la gente, cuando ya no los quiere, los deje ir. Si te quieres comprar un perro debes ser responsable y tratarlo bien para que no sufra. Yo trato bien a «Ruga», le doy de comer y limpio cuando «se hace del dos».

Andrés Díaz Gómez
11 años
5° de primaria

Me gusta la tortuga que me regalaron mis papás, se llama «Slinky». Vivo en un departamento, pero mi mascota no necesita mucho espacio y tampoco tengo que sacarla a pasear. Le doy de comer y lavo su pecerita.

Alejandra Mafod Pérez
11 años
4° de primaria

A mí me gustan los perros porque son juguetones. El mío se llama «Rocky» y me gusta jugar con él. Lo llevo al veterinario y le doy de comer; también lo saco para que haga del baño. Me lo regaló una amiga de mi papá.

Hiram Gamaliel Mota Navar
12 años
6° de primaria

No tengo mascota, pero me gustaría tener un gato porque son animalitos que no «dan lata», tienen su piel suave y son muy cariñosos. Si fuera «mujer», la llamaría «Mextcly», y si fuera «hombre», «Manuel». Lo peinaría, lo llevaría al veterinario, le daría de comer y le prestaría atención cuando me lo pidiera. Quisiera que me lo regalaran mis papás, mis tíos o mis abuelitos.

Diana Ortega Chairez
9 años
3° de primaria

Me gustan los perros porque son lindos y puedes convivir más con ellos, pero tengo dos tortugas y algunos peces. Las tortugas se llaman «Renata» y «Bombo»; los peces no tienen nombre. Les doy de comer y lavo la pecera. Se los compré a un amigo de mi papá.

María José Rosete Romero
11 años
5° de primaria

Mi hamster es mi mascota favorita, se llama «Yoshi»; me lo regalaron mis papás en mi cumpleaños. Lo tengo porque está bonito y chiquito. Le doy de comer, le doy agua y lo saco para que juegue. ¡También yo juego con él!

Eduardo Antonio Morales Martínez
9 años
2° de primaria

No tengo mascota, pero quisiera un gato. Me gustan porque son más cariñosos y muy juguetones. Le pondría «Miguelito», le daría de comer, le daría su leche y siempre lo cuidaría y jugaría con él. Me gustaría que mis tíos me lo regalaran.

Priscila Araceli Ramírez Álvarez
6 años
1° de primaria

Y a ti, ¿qué animalito te gusta más?

Si ya tienes mascota o estás pensando pedirle a tus papás que te regalen una, no olvides que son seres vivos que, al igual que tú, merecen respeto y atención, y también pueden sentir alegría o tristeza.

Por lo tanto:

- Debes cuidar y querer mucho a tu mascota.
- No experimentes con ella dándole cosas raras de comer o de beber, ni untándole sustancias que no sepas para qué sirven.
- Llévala al veterinario regularmente, aunque no esté enferma.
- No juegues bruscamente con tu mascota porque puedes lastimarla sin que te des cuenta.
- Es muy importante que mantengas limpio el sitio donde vive o duerme tu mascota; retira el excremento periódicamente y cerciórate de que nunca le falte alimento ni agua. ¡No olvides asearte las manos enseguida!
- Procura darle tu compañía cuando tengas tiempo libre, después de comer y de hacer la tarea, ¡recuerda que tu mascota es tu compañera!

Las mascotas se encariñan fácil y rápidamente con sus amos y cuando no reciben su atención sufren mucho, aunque no siempre encuentren la mejor manera de expresarlo. Sin embargo, seguramente quisiera decirte: ¡no te imaginas cuánto te quiero!

Escríbenos y cuéntanos cómo es tu mascota y de qué manera juegas con ella. Toma lápiz y papel, y apunta nuestra dirección:

«Los Pequeños Consumidores»
Revista del Consumidor
Av. José Vasconcelos
núm. 208, piso 14,
col. Condesa,
C. P. 06140, México, D. F.

Concurso de dibujo infantil

¿De qué manera podemos ayudar al planeta y a la naturaleza para poder vivir más y mejor? ¿Se te ha ocurrido alguna idea para mejorar nuestro entorno?

Pues déjanos informarte que el pasado 7 de mayo de 1999 se llevó a cabo la premiación del 1er Concurso Infantil de Dibujo «El niño y el consumo sustentable», organizado por PROFECO.

El evento se realizó en el Auditorio del Ágora del «Parque Naucalli», en el municipio de Naucalpan de Juárez, Estado de México, con la participación de 570 niños de distintas escuelas y de diferentes grupos de consumidores, quienes hicieron dibujos acerca de cómo cuidar la naturaleza, el agua, y la electricidad, cómo reciclar la basura y de qué forma alimentarse sanamente.

Se otorgaron premios a estudiantes de 1er a 3er grado de primaria (categoría «A») y de 4° a 6° grado de primaria (categoría «B»). Éstos fueron los ganadores:

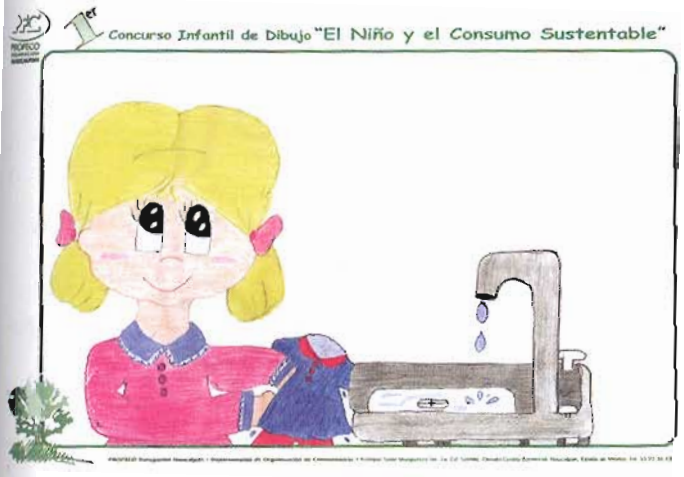
Primer lugar: Paulina Mariana Varela Vázquez, categoría «A», 2°grado; y Jesús Cerdeira Pérez, categoría «B», 4°grado.

Segundo lugar: Daniela Sánchez Contreras, categoría «A»; y Diana Karina Cortés Martínez, categoría «B».

Tercer lugar: Omar Ramírez Díaz (categoría «A»); y Rodolfo Martínez Cerna (categoría «B»).

Premios especiales en la categoría «A»: Osmara Guadalupe Montoya Hurtado, Amador Nieves Aburto, Valeria Saucedo Molina, Alexis Palacios Olvera, Patricia Isabel Iglesias Martínez y Josué Augusto Blancas Vivián.

Premios especiales en la categoría «B»: Karla Denisse Meza Torices, Diana Ruiz Vargas, Miguel Alberto Martínez Peña, Mauricio Antonio Rodríguez Hernández, Mitzi Rebeca Rodríguez González y Jorge Antonio Medina Rodríguez.

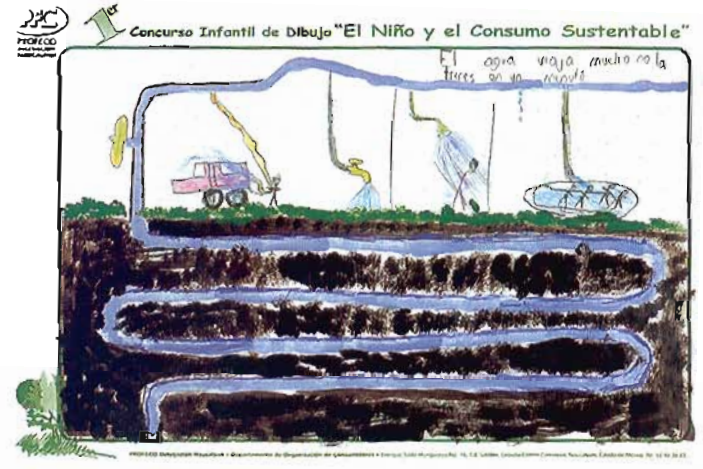


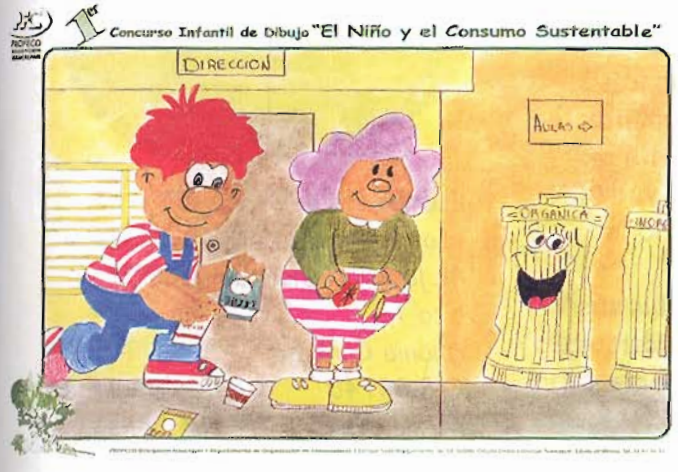
¡Juega con tu imaginación! Piensa que tú también puedes ganar si nos escribes sobre la manera de llevar a cabo un consumo moderado y planeado con el que el planeta y todos los que lo habitamos nos beneficiemos. ¿Qué ideas se te ocurren?

Puedes enviarnos tu correspondencia a:

«Los Pequeños Consumidores»
Revista del Consumidor
Av. José Vasconcelos
núm. 208, piso 14,
Col. Condesa, C. P. 06140,
Delegación Cuauhtémoc,
México D. F.

Yureli Cacho C.





¡Deporte es salud!

Para hacer ejercicio no es necesario gastar en aparatos sofisticados ni inscribirte en un gimnasio caro, lo único que necesitas son ¡muchas ganas para comenzar ya! Nosotros te sugerimos:

- Correr o caminar por periodos cortos, sin agitarte ni esforzarte demasiado. Procura que sea en un parque cercano a tu casa en el que continuamente transite gente y que éste bien iluminado. De preferencia ve acompañado.
- Si quieres practicar futbol, basquetbol o voleibol visita las canchas públicas o los centros deportivos cercanos a tu hogar.
- En casa puedes subir y bajar escaleras ¡con mucha precaución!, hacer abdominales, sentadillas o «lagartijas».

Si tienes alguna duda sobre la forma en que puedes ejercitarte, pídele asesoría a tu profesor de educación física.

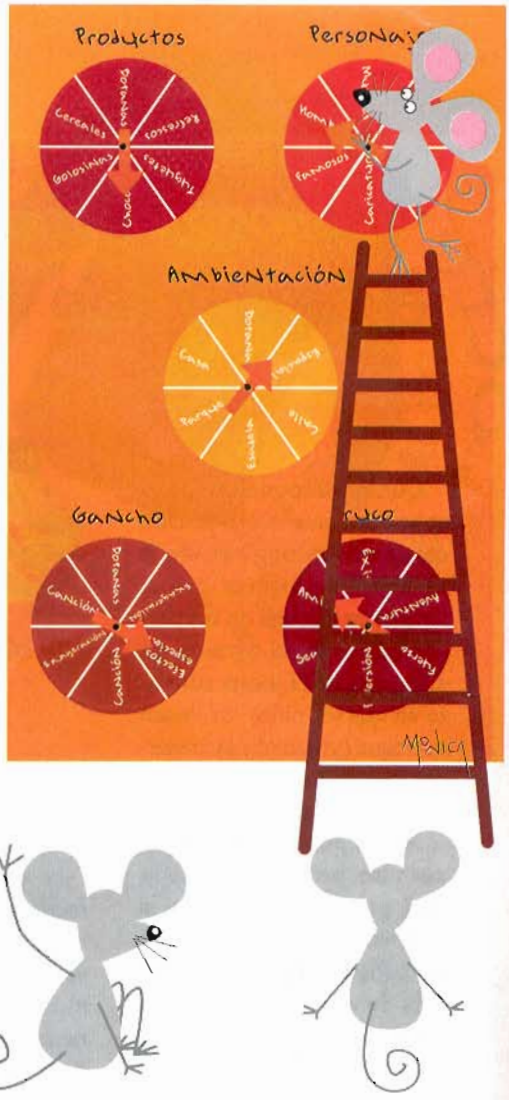
Es mucho lo que ganarás si haces ejercicio diariamente: te divertirás, lograrás sentirte más activo, y estarás ayudando a tu organismo a funcionar cada vez mejor.

Nos encantaría recibir tus cartas para que nos platiques más acerca de tu deporte favorito, y sobre tus experiencias y nuevos amigos.

Escríbenos a:
«Los Pequeños Consumidores»
Av. José Vasconcelos núm. 208
piso 14
colonia Condesa
C. P 06140
México, D. F.

Lorena M. Romo

¡Juguemos a hacer comerciales!



¡Chin! ¡Pum! ¡Cuas! Los medios de comunicación nos «bombardean» constantemente con todo tipo de «comerciales» o anuncios publicitarios, muchos de los cuales a veces te aburren porque no tienen gracia, o bien, ¡porque ya los conoces hasta el cansancio!

Nosotros te retamos aquí para ver qué tan creativo eres al inventar tus propios «comerciales», para ello te proponemos elaborar una «Ruleta de la publicidad». ¿Te gustaría poner en práctica este juego?

Sólo necesitas:

- 3 pliegos de cartulina
- regla
- compás
- lápiz
- lápices de colores
- tijeras
- cinta adhesiva
- 5 alfileres o clavos pequeños

Modo de hacerse:

1. En la cartulina dibuja cinco círculos de 25 centímetros de diámetro y divídelos para señalar las opciones que puede haber en un comercial.

2. Traza cinco flechas de diez centímetros de largo y dos de ancho; recórtalas y en el centro de cada círculo coloca una flecha, sosteniéndola con un alfiler o clavo pequeño. Para que gire mejor enrolla un poco de cinta adhesiva arriba y abajo del clavo.

Cómo jugar:

1. Para jugar a «Hacer un comercial» invita a tus amigos, primos y hermanos y formen equipos: hay que girar cada flecha para saber qué producto, personaje, ambientación, «gancho» o truco tendrá su anuncio. Es importante que cada equipo lo anote en una hoja y entre todos sugieran ideas para hacerlo más atractivo y fácil de recordar.

2. Platiquen acerca de sus anuncios: si éstos fueron convincentes, honestos o engañosos. Organicen competencias para hacer varios comerciales de un mismo producto o con una misma ambientación. ¡Tú decides!

Fuente: «Pasatiempos infantiles», Dirección de Educación para el Consumo, PROFECO.

Kellogg's promueve el desperdicio de agua

Revista del Consumidor:

Quisiera exponer mi queja sobre una nueva promoción del cereal **Kellogg's** en la que se regala un juguete con la imagen de algunos de sus personajes, como el tigre de las «Zucaritas». El juego consiste en que los niños los llenan con agua (potable) y se divierten mojándose y desperdiciando el agua.

No sé por qué les dieron permiso para llevar a cabo esta promoción, si hasta el momento hay 12 estados declarados zona de desastre por falta de agua y con estos juguetes lo único que se hace es desperdiciar y tirar más agua.

¿Qué se puede hacer?

Alberto Valenzuela
http://www.angelfire.com/ab/biper/

Estimado Alberto Valenzuela:

Le agradecemos mucho su mensaje y queremos compartir su preocupación sobre este tipo de publicidad y promociones que, directa o indirectamente, promueve actitudes y hábitos negativos, como desperdiciar agua con el simple propósito de divertirse; el caso es especialmente grave si consideramos que dicho mensaje está enfocado a los niños.

Lo recomendable es fomentar en nuestros hijos una actitud crítica ante estos mensajes, además de concientizarlos acerca de la importancia de cuidar nuestros recursos naturales.

Aclaración

Sobre el caso del Hotel Castellanos

Respecto a la carta publicada en la edición núm. 269, correspondiente al mes de julio, remitida por la señora Mercedes Castellanos Amarillas para quejarse por la suspensión del servicio que le ofrecía el **Hotel Castellanos**, recibimos la siguiente aclaración.

Esther Castellanos Rábago, representante del Hotel Castellanos, ubicado en la ciudad de Santiago Tuxtla, Veracruz, llamó por teléfono a esta Redacción y posteriormente nos envió una carta, con el fin de explicar las circunstancias que obligaron a la gerencia del hotel a negarle el servicio a la señora Mercedes Castellanos.

En la misiva, la representante de dicho hotel detalla las acciones negativas de la consumidora, las cuales rompieron con la tranquilidad del establecimiento y la de los demás huéspedes, razón por la que se vio obligada a suspenderle la prestación del servicio, es decir, fue un caso excepcional.

El Hotel Castellanos -señala su representante- siempre ha respetado a sus huéspedes y ha cumplido con lo establecido por la Ley Federal de Protección al Consumidor.

La **Revista del Consumidor** es una publicación mensual de capacitación y orientación a los consumidores. Para suscripciones y ventas llamar al (5)611•7379, (5)611•7523 ó (5)598•6781. El contenido de los artículos firmados no necesariamente refleja la filosofía de la revista; se incluyen como parte de nuestros principios editoriales de búsqueda de pluralidad y encuentro de corrientes de opinión. Esta publicación no autoriza la utilización de ninguno de los materiales publicados para fines publicitarios o comerciales. La violación de esta disposición ameritará denuncia ante las autoridades correspondientes.
Se autoriza expresamente la reproducción total o parcial de los textos o estudios incluidos en esta revista, siempre que se utilicen para orientación y capacitación de la población y se indique su procedencia.
Certificado de licitud de título núm. 1127 y de contenido núm 639, expedidos por la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas el 30 de abril de 1981. Se reservan todos los derechos respecto del título de esta publicación conforme a la Unión Internacional de Derechos de Autor. Registrada como correspondencia de Segunda Clase por la Dirección General de Correos, Registro núm. 015-1176. Características 218621140. Distribución nacional. Impreso en los Talleres Gráficos de México, Canal del Norte núm. 80, col. Felipe Pescador, C. P. 06280, México, D. F.

REVISTA DEL
CONSUMIDOR

Por sólo **$15.00** entérese cada mes sobre estos y otros temas ◎ Con sólo **$150.00** puede suscribirse por un año (12 números)

Calidad de camisas

Calidad de detergentes

¡Los platillos sabios del mes!

Y cómo elaborar...

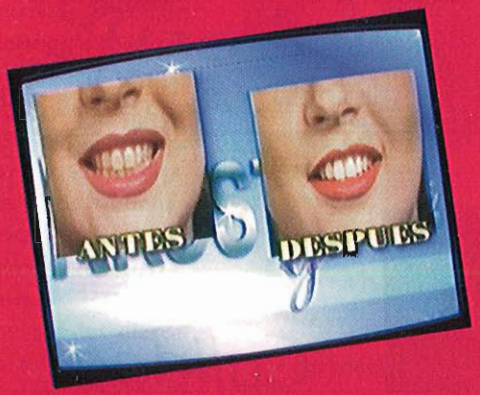
Antitranspirante en barra

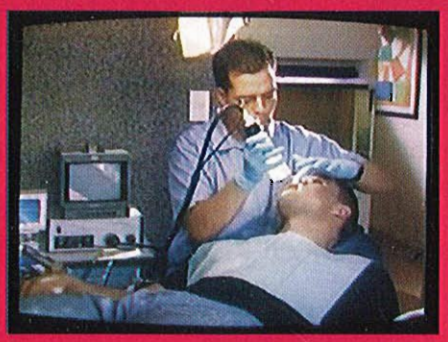
Suavizante para telas

Alegrías

Pan de muerto

¿Más efectivo que un dentista?





Las principales recomendaciones para mantener una dentadura sana son dos: lavarse los dientes después de cada comida, y visitar al dentista por lo menos cada seis meses.

Sin embargo, en la televisión se anuncia la goma de mascar ***Krüstell Gum*** como un blanqueador de dientes que le evita la visita al consultorio dental a «que le metan en la boca un taladro», refiriéndose a la comodidad de pulir la dentadura con sólo mascar un chicle, en vez del método de limpieza dental que practican los odontólogos.

Nosotros no conocemos la efectividad de este producto, sin embargo, sea cual sea el método de limpieza dental que se utilice, las visitas regulares al dentista son necesarias y por eso en las diversas campañas de salud que se han efectuado en nuestro país se recomienda acudir al odontólogo, debido a que sólo él puede atender a fondo cualquier problema que se presente en la dentadura, el paladar y las encías.

Además es criticable amedrentar a los televidentes con imágenes y comentarios que incrementan el temor por acudir al dentista. Más bien, este anuncio debiera incluir un mensaje adicional explicando que el uso de ***Krüstel Gum*** no sustituye estas visitas periódicas, ya que tal como se presenta, induce al consumidor a pensar que la limpieza es suficiente para conservar una dentadura sana.

En relación con lo anterior, la Ley Federal de Protección al Consumidor, en su artículo 32, señala que la publicidad de bienes y servicios debe ser veraz, comprobable y exenta de textos, diálogos, sonidos, imágenes y otras descripciones que induzcan o puedan inducir a error por su inexactitud. Usted ¿que opina?

0 10722 93607 5 09